metro Pop

Issue 404
15.05.2014

- CULTURE: 巨物之迷戀
- FASHOIN RENOVATION
- 暴烈的《白日焰火》
- 米蘭垂直森林
- FARM TO TABLE 野放的味道



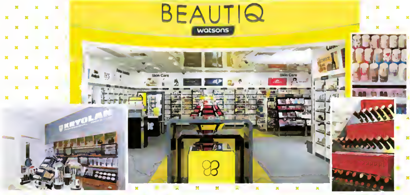
- 逢星期四港鐵免費派發



Thankful
For a good night's sleep
崇光感謝周年慶
蓆夢思®
雙重謝禮
為慶祝崇光29周年感謝周年慶，
由5月16至25日於銅鑼灣崇光9樓選購指定蓆夢思®床褥，
可享雙重尊貴優惠：
精選床褥可享現金回贈
優惠高達
HK$3,700*
Phoebe
Luxury Firm Pillow Top
甜夢®
菲比柔軟承托
床褥
Gia
Extra Firm
甜夢®
基亞加倍承托
床褥
送
蓆夢思®毛氈(價值：HK$750)
優惠詳情請向銷售顧問查詢
*只適用於指定型號
SOGO
HONG KONG
蓆夢思客戶服務熱線 2378 4848
SOGO蓆夢思專櫃 2831 4660
LIVING LIFE FULLY CHARGED®
SIMMONS
蓆夢思®


新一代 健康米飯
纖維量是白米的5倍*
QUAKER
桂格
OATS FOR RICE
燕麥飯
高鈣、高纖維
免淘洗
3份白米配1份燕麥飯同煮
*資料來源：美國農業部轄下的營養素資料實驗室
桂格 你的每天健康專家


奇華端午精選
全新口味
五月粽
麥米紅豆黑糖粽【$52】
搜羅粒粒飽滿北海道大納言紅豆，細選纖維豐富的有機麥米，融入糯米外層，粽內盛載香醇健康的沖繩特產黑糖，入口極具嚼頭，香甜滋味湧上心頭。
日本沖繩黑糖
奇華
客戶熱線：2785 6066
www.keewah.com
奇華餅家 kee wah bakery
新浪微博
淘宝网
JD.COM 京东



新店優惠

銅鑼灣世貿中心P211A舖

屈臣氏首間一站式彩妝護膚品專門店BEAUTIQ by Watsons，由世界各地搜羅逾1,500款全城熱爆、全港獨家的美容產品包括護膚品、彩妝、香水等，並提供彩妝、美甲、手部護理等優質美容服務，讓你盡顯美麗風采。

每日首20名顧客憑此廣告#

free



A'PIEU
溫和潔面泡沫
(價值$69)

HANSKIN MIZON
全線產品
買2件或以上
獨家發售



照價 85折

A'PIEU PETITFÉE
全線產品
買2件或以上
獨家發售



照價 75折

ETUDE banila co.
精選產品



低至 65折

買任何韓國護膚及彩妝產品* 滿$249送



TONYMOLY
蝸牛全效修護水晶面膜2片
(價值$118)

A PIEU banila co. CLIO HANSKIN Holika Holika LANEIGE MIZON peripera PETITFÉE SKIN FOOD TONYMOLY

尚有更多韓國護膚產品於BEAUTIQ內發售

#推廣期由2014年5月15日至5月21日，每人限送贈品一份，數量有限，送完即止。*品牌包括Skin Food, Holika Holika, Mizon, Hanskin, Crema Caracol, Apieu, PETITFEE, Tony Moly, Peripara, Clio, Laneige, Banila Co。所有價錢及圖片只供參考，不可與其他優惠同時使用。優惠只適用於BEAUTIQ by Watsons，詳情請向店員查詢。內容或有變，如有任何爭議，BEAUTIQ by Watsons保留最終決定權。版權所有不得翻印。顧客服務熱線 2608 8383。

屈臣氏集團屬下機構
和記黃埔集團成員



Del Monte
Quality
EAT a RAINBOW
eat a
RAINBOW
健康·色·食
由即日至6月26日，凡購買地捫產品滿$40，即有機會贏取豐富獎品，一齊享受
「Eat A Rainbow • 健康·色·食」樂趣
立即登入地捫Facebook，下載更多地捫Rainbow營養食譜。
Del Monte Eat A Rainbow
• Apple iPad Air 16GB
平板電腦一部 (價值HK$3,880 - 1名)
• 紅米手機 (價值HK$999 - 1名)
• 超級市場購物禮券HK$200 (10名)
QR Code
Rainbow
43023
總代理：領盛國際有限公司
查詢熱線：3698 1653
Facebook有更多活動等你參加！
delmonte.hk


變形金剛
30周年展覽
2014年6月1日－10月5日
THE VENETIAN
澳門威尼斯人
TRANSFORMERS
今個夏天，澳門威尼斯人帶給你宇宙狂熱！
快與親朋摯愛一起到澳門威尼斯人® 投入
變形金剛世界, 與戰士們一起保衛地球!
詳情瀏覽:
VENETIANMACAO.COM


O'Farm 綠盈坊 有機店
全港分店超過 47 間
We Care
關懷您心．體貼您身
天然酵素
清潔劑
天然 環保 無毒
天然環保有健康概念
• 活性酵素溫和分解污漬、有助抑制細菌
• 安全無毒配方、天然溫和、不殘留、不傷肌膚、健康更安心
• 高生物分解度、零污染
省能源更經濟
• 成分濃縮、少泡沫
• 省能源– 省水、省電、省錢
為孩子打造一個
無毒無害的生活環境
• 不傷害衣物 • 不刺激肌膚
• 不添加毒性化學物質
• 適合小童、嬰兒及敏感性肌膚人士*
*洗衣液及洗衣粉
活性酵素
• 溫和分解污漬
• 有助抑制細菌
洗碗液
洗衣液*
地板清潔液
洗衣粉*
We Care
Natural
清淨酵素系列優惠
凡購買天然酵素清潔劑產品，均可享以下折扣優惠:
優惠1 1件: 9折優惠
優惠2 2件或以上: 85折優惠
$10 Coupon 優惠券
*憑此優惠券購買天然酵素清潔劑產品
即可作$10使用* 有效期至2014年7月31日
港島區 天后 | 鰂魚涌 | 太古 | 上環 | 香港仔 | 薄扶林 | 西灣河 | 柴灣 | 筲箕灣
九龍區 黃埔 | 紅磡 | 何文田 | 九龍城 | 鑽石山 | 黃大仙 | 慈雲山 | 東富 | 藍田 | 油塘 | 竹園 | 彩雲
新界區 綠楊坊 | 荃灣廣場 | 葵芳 | 富琳 | 坑口 | 調景嶺 | 尚德 | 大埔 | 耀安 | 頌富 | 天耀 | 粉嶺 | 屯門時代 | 屯門雅都
安定 | 良景 | 富泰 | 元朗 | 朗屏 | 東涌富東 | 東涌逸東 | 青衣 | 青衣翠怡 | 馬鞍山 | 沙田沙角 | 上水 | 粉嶺帝庭軒 新
德田 | 天澤 | 頌安 | 海富
caringcompany
客戶服務熱線：8111 1575 | www.ofarmhk.com O'Farm有機店



TOSHIBA
Leading Innovation
eco style
INVENTOR OF FLASH MEMORY
FlashAir
Wireless LAN
32GB
TOSHIBA
東芝FlashAir™無線SD記憶卡
生活智慧，無線分享。
8GB
指定經銷商
BROADWAY
Coxell
雅博電腦
ASP Co.
東芝官方網站
日本 http://www.toshiba.co.jp/p-media/
香港 http://www.toshiba-sdcard.com/
Muse Digital Limited (Member of A Force Group)
(852) 3412 3399
Toshiba 東芝 SDHC/USB
https://www.facebook.com/toshiba.hk.sd



Chief Operating Officer

Editorial
Editor In Chief
Executive Editor
Jeremy Pang
Editor
Ringo Fung
Sub Editor
Michelle H
Head of Project Team
Senior Project Editor
Project Editor

Art
Art Director
Deputy Art Director
Senior Designer
Designer
Project Designer

Photo
Chief Photographer
Senior Photographer
Michael James Whyte
Photographer

Advertising Sales
Sales Manager
Account Manager
Account Executive
Senior Marketing Executive
Maggie Shaw
Senior Event Marketing Executive

Print / Production
Production Manager

Traffic
Traffic Coordinator

Contents

issue 404
15.05.2014

This Week
14 **What's Up**
24 **Editor's Pick**
28 **Cover Story**
That's Light & Free

Holistic Green
38 **Feature**
Farm to Table野放的味道
42 **Landscape**
Google帶你上山下海
44 **Soul**
Why do U hate animals？
48 **Juice Detox**
神奇蔬果汁 Reboot Your Body

Lifestyle
52 **Design**
Wrong for Hay 大師的平民家具
56 **Travel**
春意盎然西維島
峇里島秘密花園
64 **Dining**
八一0四生活盒子
68 **Gadget**
挑燈夜聽
70 **Money**
強積金供款上限6月起上調
求生策略

Fashion & Beauty
78 **Fashion Feature**
Fashoin Renovation
84 **Hot Item**
Walk Free
89 **Anti-UV**
To Rescue from the Dark
104 **Hot Item**
Vitamins Power

Culture
106 **Focus**
巨物之迷戀
118 **Film**
暴烈的《白日焰火》
120 **Listings**

Platform
122 **Pop Choice**



指定回收箱
設於以下港鐵站

柴灣站 青衣站
荃灣站 九龍塘站
葵芳站 東涌站
銅鑼灣站 北角站
鰂魚涌站 旺角站
太古站 觀塘站
尖沙咀站 佐敦站
九龍站

Publisher
Metro Publishing HK Ltd
九龍觀塘鴻圖道 51 號保銀企業中心 18 樓
Tel 3667 4800 Fax 3667 4886
www.metrohk.com.hk

Advertising Hotline
Tel 3667 4802 Fax 3667 4888
info.metropop@metrohk.com.hk

Marketing Hotline
Tel 3196 1636 Fax 2107 4033
marketing@metrohk.com.hk

Printing
凸版印刷（香港）有限公司
香港新界元朗工業邨福宏街一號凸版印刷中心

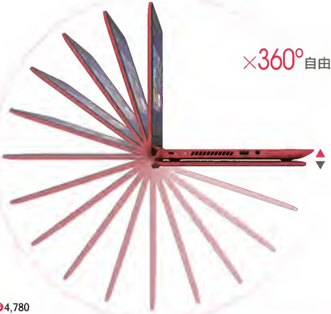
www.metropop.com.hk
facebook.com/metropophk
weibo.com/metropop
metropop
metropop
metropophk

©2014 metropop is published weekly by Metro Publishing HK Ltd. Nothing may be reprinted in whole or in part without written permission from the publisher.



SAMSUNG
Samsung GALAXY S5
SCAN
Samsung Gear 2 Neo
Samsung Gear 2
Samsung Gear Fit
$1,498換購^
Samsung Gear Fit
$199換購^
Samsung GALAXY Gifts
HK$3,000*
Dropbox雲端儲存空間
2年額外48GB*
立即登記
Samsung ClubS
Samsung Partnershop
www.samsung.com
Smartone
CTM
SUNING
Coxell
SYNERGY

HP HOT PICKS



$4,780

HP Pavilion x360

兼顧工作與玩樂

香港社會節奏急速，繁忙的生活總是緊貼港人的步伐。不過，在現今講求「Work-life Balance」的世代，縱使生活再忙，多數港人仍然會盡量抽點時間，忙裏偷閒一番。預載《Windows 8.1》系統的 HP Pavilion x360，配備可作 360° 扭轉的 11.6 吋觸控屏幕。本身既是可應付日常工作和學習的 Notebook，也是可用來消閒解壓的平板電腦，隨時在工作與玩樂之間「隨機應變」。



配備鍵盤和觸控面板之餘，亦設有觸控屏幕，操控上頗為全面。

輕鬆工作 盡情玩樂 Windows 8



開關和音量按鍵配置在機側，以便切換至平板模式時，可輕易按動相關按鍵。



火紅色的機身設計，讓機背銀色的 HP 標誌更突出。

多種使用模式

屏幕支援 360° 扭轉的設計，讓此機可支援多種使用模式，包括傳統筆電模式、屏幕背向鍵盤的坐檯模式、令筆電呈「倒 V」形的直立模式和平板電腦模式等。用家可隨時切換筆電至坐檯或直立模式，以便觀賞影片或進行遊戲，當需要使用鍵盤時，一扭即還原至傳統筆電模式。屏幕作出 360° 扭轉，變成平板電腦模式後，鍵盤會自動暫停，以免用家手持使用時誤觸按鍵。

炫目火紅機身

既除了用法多變外，火紅色的機身也是別具特色。跟一般常見的鏡面機身不一樣，此機使用啞光表面的機身，特點是不易留下指紋，毋須頻繁使用抹布清潔。鍵盤部分用上金屬銀色材質作機面，提供舒適的枕手觸感外，亦具備易於清潔和耐用的特點，讓筆電可長期維持光潔的觀感。以定價在 $5,000 以下的筆電來說，備有觸屏的 HP Pavilion x360 可當成筆電、流動板腦和座檯板腦般使用，整體功能配套也相當周全，絕對是市面高性價比的選擇。

可靠四核效能

硬件規格方面，此機配備四核 Intel Pentium N3520 處理器和 8GB 記憶體，效能足以應付各種日常基本需要。所內置的 500GB 硬碟支援 HP ProtectSmart 技術，偵測到筆電受到碰撞時，會暫停硬碟運作，以免硬碟資料受損。筆電還設有 802.11 b/g/n 無線網絡、藍牙、有線網絡、HDMI、USB 2.0/3.0 和 SD 讀卡器等介面，提供充分的擴充性。另外，筆電所輸出的音效會經由 Beats Audio 技術優化，音訊會藉由獨立電路輸出，隔離其他電路元件，避免音訊受干擾，並會透過軟件提升音量和音質水平，優化多媒體表現。



隨時變成坐檯、直立、筆電和平板模式，可因應不同應用需要，提升使用體驗。

HP Pavilion x360於今年的世界移動通訊大會（MWC 2014）中，被PC Mag評選為最佳手提電腦（Best Laptop）。

其他11吋觸控選擇



高效二合一

HP Pavilion 11 x2 h-120TU

11.6 吋的 HP Pavilion 11 x2 平板電腦特設鍵盤底座，可隨時組合在底座上，還原成傳統筆電，並可藉底座的內置電池延長續航力。規格選用 Intel Core i5-4202Y 處理器，效能出眾。

$7,980



入門首選

HP Pavilion TouchSmart 11-e115AU

HP Pavilion TouchSmart 11-e115AU 使用 AMD 處理器，設有 11.6 吋觸控屏幕，支援各種觸控操作，可應付各種文書處理功能。

$3,880

介面推陳出新，盡展個人風格，全方位快速搜尋，盡在 Windows 8.1

新設計的 [開始] 畫面採用動態磚設計，優化觸控操作。用家可因應個人喜好，在 [開始] 畫面自由布置動態磚，並選用各款特色主題桌布，展示個人風格。嶄新Bing智慧搜尋功能，可同時搜尋電腦、應用程式和網路的搜尋結果，方便快速存取所需內容。

www.hp.com.hk/x360 800-93-8833 Some apps sold separately; vary by market.


「忌廉哥推介Dyson
新一代無葉風扇」
享受最寧靜．最安全的環境
忌廉哥平日生活多姿多釆，一有時間就想鬆一鬆，尤其在夏天時份，最喜歡在寧靜又通爽的環境下眠一眠。忌廉哥主人早前就為牠特別添置了一部全新Dyson Cool™風扇，新一代型號不單送風強勁寧靜，而且沿用上一代無扇葉設計，萬一忌廉哥伸隻手仔過去也無有怕，絕對安全，適合一家大細連寵物，難怪無論Dyson Cool™ 風扇去到屋企邊到，忌廉哥就跟到去邊，可想而知吸引力有幾大！
我·忌廉哥
推介!
dyson cool



強勁涼風．送風更寧靜

全新**Dyson Cool™**風扇既寧靜又強勁，是工程師的嶄新設計，風扇的操作音量比上一代減少達 75%*，只因運用**Helmholtz Cavity**消音技術，就如隔音耳筒可抵消多餘雜音一樣，全面消除摩打噪音，自然讓忌廉哥睡得更舒適。



安全設計．倍添家人安心

傳統轉動扇葉的風扇，小朋友及寵物一不小心就有機會弄傷。**Air Multiplier™**氣流倍增技術無需扇葉，就可抽入及倍增周圍空氣，製造流暢強風，安全又可靠，就算小朋友與寵物在風扇附近玩耍，也不用擔心，而且節省電力達40%**。此外，你可用睡眠計時器準確設定送風時間。



安全設計

不設高速轉動的扇葉。



清潔容易

不設風扇罩或扇葉。



睡眠計時器

可以預設 15 分鐘至 9 小時後關機。



遙控器

提供 10 個精確氣流設定選擇，並以磁力固定於風扇上。

消音技術

獲英國噪音消除協會頒發「靜音標誌」，證明有效降低噪音，同時保持風力強勁。

1









PHOTOGRAPHY

彼得 • 斯坦豪爾
「亞洲市集」攝影作品展

過去一年裡、彼得・斯坦豪爾遊走亞洲各大市集間攝獵種種人聲鼎沸的場面。除了在照片上呈現出色的視覺效果、他還運用手機應用程式來紀錄市集的聲音。這款應用程式可為市場中的特定圖景提供豐富的立體聲效。觀賞者可下載應用程式及掃瞄QR碼、在觀看照片的同時聆聽著市集的立體聲效，穿梭於市集躍動的節奏、感受當中亂中有序的脈動，體驗亞洲市集的精髓。

日期：即日至 5 月 26 日
時間：11:00-23:00
地點：香港旺角朗豪酒店 L 樓層行人天橋（往朗豪坊方向）

EXHIBITION

2

10 Cents Store Kick Start 展覽

10 Cents Store 創意何價？The Black Store 過往數次實驗了包裝與價值的關係、諷刺消費文化中的買包裝多過買貨品的行為及模式。今次來一趟高質素但 no bargain 的 10 Cents Store。不過 10 Cents Store 現階段還是一個概念，今次首度展覽、參與藝術家包括插畫師謝曬皮 TseSaiPei、Kristopher Ho 和插畫創作組合 BrainRental 設計師 Sunny Wong、UUendy Lau、何兆南等。

日期：即日至 6 月 9 日
時間：12:00-19:00
地點：中環鴨巴甸街 35 號
PMQ 元創方 Block A S201
facebook: The Black Store
查詢：9435 6095





MOVIE

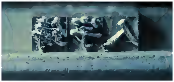
《鑄字人》放映及座談會

活字印刷曾是訊息傳遞的主宰，直到二十世紀網際網路的崛起，活版印刷正式宣告走入歷史。即使如此，世界各地仍有少數人細心地保存活字工藝的一點微亮星火。《鑄字人》將見證台灣鑄字人與一群熱情志工們、參與復刻華人世界珍貴正體楷書的計劃、以及眾人一同努力保存銅模，和成立活版印刷保存協會的過程。放映後將由「字活」成員主持映後討論。

日期：5 月 17 日
時間：19:30-21:00
地點：誠品香港銅鑼灣店 9/F Forum
網址：http://viewpoint.pts.org.tw/?p=1307
facebook：字活 Zi Wut

3







MUSIC

法國五月《流動建築》

「音樂是流動的建築，建築是凝固的音樂。」歌德的兩句話點出了這場音樂會的精髓。這場演出是香港創樂團、法國敲擊樂獨奏家尚．榮法及印度小號手暨作曲家拉杰殊．梅塔首次驚喜合作。出生印度的拉杰殊．梅塔是專業聲音工程師、小號演奏家、作曲家，以跨媒介創作聞名，當中涉及建築、視覺藝術，音樂。比利時作曲家兼電影製作人提耶利．德梅經常為現代舞創作，他的敲擊樂五重奏《四月組曲》是這場音樂會的重點作品，以舞蹈動作為音樂演奏領航。

日期：6 月 2 日
時間：19:30-21:30
地點：香港演藝學院 賽馬會演藝劇院
票價：$180-$380
網上購票：www.hkticketing.com
電話購票：3128 8288
查詢：3568 8470 / info@hknme.org

4

5

MUSIC

Serrini
必廚艾任菲表勒斯演唱會

演唱會由音樂總監 Senseless 主理，除了 band sound Serrini，還有靜靜的小提琴王子 X Serrini 靜唱時段。暖場嘉賓有寫歌作品超 bitchy 又嗓子超好聽的「人賤人愛」，還有 Daft Pink、Lobster Bisque 電音 House 野好高興。

日期：5 月 24 日
時間：19:33
地點：西灣河聖十字徑 2 號
協青社賽馬會人樓蒲吧
票價：$130（預售）
$168（現場）（現於 Tom Lee 發售）
電郵訂票：ticket.serrini@gmail.com
facebook: Serrini







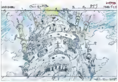
6

EXHIBITION

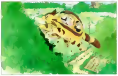
吉卜力工作室場面設計手稿展

高畑勳與宮崎駿於 1985 年共同成立吉卜力工作室，動畫作品深受世界各地的觀眾歡迎，創作的動畫電影仍然堅持以人手繪畫製作為基礎。是次展覽展示超過 1,300 件吉卜力工作室動畫電影作品的原創場面設計手稿，這些手稿是動畫創作的藍本，闡明創作人的意念、對場景佈置的要求，以至人物的編排、顏色、位置和動態等的構思過程。

日期：即日至 8 月 31 日
時間：10:00-18:00
（逢星期一、三至五）
10:00-19:00（逢星期六及日）
地點：沙田文林路 1 號香港文化博物館
票價：$10-$20
網址：www.heritagemuseum.gov.hk







THEATRE

《女兒紅》一個女子的獨腳戲

《女兒紅》是賴恩慈的一個女子的獨腳戲第四回，故事並非無中生有，而是過去在一人一故事劇場收集回來的，經故事分享者同意後，把故事劇場化，以呈現更多不同的女子面貌。《女兒紅》由賴恩慈一人擔演，會從少女初潮、強姦嘸樸、求愛中女、墮胎嘸婦、同性婚姻演至奪命援交，將一幕又一幕似遠還近的故事立體地呈現。

日期：5 月 16 日至 5 月 18 日
時間：20:00
地點：伊利沙伯體育館
票價：$140-$280
網上購票：www.urbtix.hk
電話購票：2111 5999
查詢：3599 9755

7



8

MOVIE

映畫有畫「影評人之選」2014

「影評人之選」來到第五年，呈獻「映畫有畫」，映畫寫照畫家生命的《愛德華蒙克》，參考畫風的《諾言》，思索映現過程的《光之夢》，拓展靜止一刻畫意的《河流》；又或者畫家就是導演，拍攝就如作畫，美學互相參考抵觸，意象詮釋時代的《情慾色香味》，反映崩解心象的《擦紙膠頭》。希望六部映畫放映，與四個相關畫布與銀幕的講堂，能跟觀眾切磋，提升觀影／畫眼界。







日期：5 月 17 日
地點：香港電影資料館電影院
香港科學館演講廳
放映時間表：www.lcsd.gov.hk/CE/CulturalService/filmprog/index.html

座談會

日期：5 月 17 日
時間：16:15
地點：西灣河鯉景道 50 號香港電影資料館電影院
講者：安娜、喬奕思、張偉雄、鄭政恆、鄭傳鍏、劉嶔



开 ½ open day
半開放日!

OPEN DAY

富德半開放日！

富德樓坐落灣仔鬧市，樓高十四層，一梯兩伙。2004 年開始其中十多個單位陸續由文化藝術工作者進駐，來到現在剛好十年。2014 年差不多過了一半的時候，這裡的半數用戶想到，不如就聯合辦一次富德樓的半開放日吧。

日期：即日至 5 月 18 日
地點：灣仔軒尼詩道 365-367 號富德樓指定單位
查詢：2893 4808 / footak@gmail.com

9

MULTIMEDIA

《春光炸敘》媒體藝術展

森榮喜的作品《香港黑房》希望透過人物肖像，街道、精神和物質生活來捕捉這座城市的律動。池森暢昌則以大型繪畫和裝置作品享譽國際，這次展覽將展示的墨水繪畫新作叫《Shin（信念）》，所描繪的是富有生命力的人類、動物、精靈以及自然，表達了池森對於生命的熱情頌讚。這次展覽還有一個特備節目，由池森即場繪畫表演《燃燒吧！御好墨（Burn! Okonomix）》。

10



展覽

日期：即日至 5 月 31 日
時間：12:00-19:00

表演

日期：5 月 17 日
時間：11:00 及 15:00
地點：土瓜灣馬頭角道 63 號牛棚藝術村錄映太奇
網址：www.zen-foto.jp
查詢：2573-1869 / info@videotage.org.hk


恒生銀行
HANG SENG BANK
恒生信用卡購物激賞點
馬拉松精選貨品盡情買
精選貨品低至
5折
更可賺
10x
cash dollars
恒生信用卡
cash dollars
連續9年獲客戶評價全港最佳服務的恒生銀行*帶給你馬拉松折扣及10x Cash Dollars優惠！
由即日起至2014年6月10日，憑恒生信用卡於馬拉松、GigaSports及Catalog可享以下優惠：
• 精選貨品低至5折
• 單一簽賬淨值滿HK$600，可獲10x Cash Dollars
• 購買2件貨品或以上及單一簽賬淨值滿HK$950，可免費獲贈限量PUMA旅行袋乙個
免費獲贈限量PUMA旅行袋
Reebok男裝運動鞋 原價HK$599 優惠價HK$299
PUMA女裝T恤 原價HK$199 優惠價HK$139
Skechers女裝便服鞋 原價HK$599 優惠價HK$359
Zverest背囊 原價HK$439 優惠價HK$215
Fila男裝T恤 原價HK$279 優惠價HK$139
New Balance女裝運動鞋 原價HK$750 優惠價HK$449
馬拉松、GigaSports及Catalog查詢熱線：2310 6251
MARATHON SPORTS 馬拉松
GigaSports
CATALOG
優惠詳情及更多精選貨品
客戶查詢 2998 6899
hangseng.com/marathon
滙豐集團成員
*根據Added Value 2005 2013年度銀行服務調查報告，比較現時使用香港八間主要銀行的個人客戶。條款及細則：•優惠期由2014年4月16日至6月10日（「優惠期」）•客戶必須以恒生信用卡、聯營卡或消費卡簽賬，方可享以上優惠•客戶必須於馬拉松、GigaSports或Catalog單一交易簽賬淨值滿HK$600或以上，方可享10x恒生信用卡Cash Dollars優惠（「10x Cash Dollars優惠」）。客戶除可享原有之1x Cash Dollars外，可賺取額外9x Cash Dollars（合共10倍Cash Dollars）•10x Cash Dollars優惠不適用於恒生銀聯人民幣鑽石商務卡、人民幣信用卡、美元Visa金卡、日航卡、e-shopping萬事達卡及尊享卡•每張信用卡於是次推廣最多可獲額外$80 Cash Dollars（如信用卡主卡及其附屬卡共用同一信用額，所獲得之獎賞總額將會合併計算，即最多可獲額外$80 Cash Dollars）•客戶必須於馬拉松、GigaSports或Catalog單一交易購買2件貨品或以上及單一簽賬淨值滿HK$950或以上，方可免費獲贈限量PUMA旅行袋1個（「免費贈品優惠」）•優惠須受其他條款及細則約束，詳情請瀏覽hangseng.com/marathon或向店員查詢•此推廣所涉及之產品，服務及資訊均由太古資源有限公司（「商戶」）直接售賣及提供給客戶，因此，所有有關責任及義務亦由商戶全權負責•恒生銀行有限公司（「恒生」）及商戶保留隨時修改或終止上述優惠及更改其條款及細則之權利。如有任何爭議，恒生及商戶保留最終決定權。註：恒生消費卡戶口並不獲計算利息。恒生消費卡戶口之結餘並非受保障存款，不受香港的存款保障計劃保障。



11

WORKSHOP

迷你手作書

書看得多，便想知道是如何製成。原來摺，疊，縫，貼，幾個小步驟加起來，便成「書」。曾幾何時，手造書本除了讓人學習字句，更是種備受推崇的傳統工藝　但現在的書，全部機械釘裝，讀者再難透過翻閱書頁　感受造書人的精緻手藝。藍屋民間學堂特別請來研究舊書修復及各種類別手造書的藝術家天藍，與大家一同由迷你書出發，重拾手作書藝的美與趣。

手作相簿工作坊

日期：6 月 14 日
時間：14 00-18·00
地點：灣仔石水渠街 85 號
聖雅各福群會 7/F
費用：$240
報名及查詢：2117 5853

迷你硬皮精裝工作坊

日期：6 月 21 日
時間：14·00-18·00
地點：灣仔石水渠街 85 號
聖雅各福群會 7/F
費用：$290
報名及查詢：2117 5853

DINING



12

「港嘢」約食飯

飯，每天都吃，沒甚麼特別，但「港嘢」這一頓卻不尋常。每款食材均出自本地農夫的手親自栽種，用最時令的素菜，讓你品嚐最新鮮的味道，同時思考本土農業和生產，與消費者的關係。晚餐除了有湯　主菜，甜品，還有本土小禮物，以及同場加映「港嘢」分享及討論，本地生產日用品小攤。吃一頓本地菜，撐本土生產，便是對本地農業，食物加工，日用品生產的最佳支持！





日期：5 月 17、31 日
時間：19·00- 21 30
地點：佐敦佐敦道 2 號 KUC SPACE
本地支持價：每位 $128（本地鮮飲品需另加 $12，為免浪費，請於訂位時列明是否需要加飲品）

名額：每場 30 位（額滿即止）
訂位及查詢：kongyeah2014@gmail com
facebook：kongyeahkongyeah

周大福
CHOW TAI FOOK

The Perfect One 完美婚嫁活動2014

幸福婚嫁 1+2+3

愛一人 成一雙 幸福三世



對新人由相識相戀到求婚結婚，「婚嫁旅程」是一生一世的愛情故事，找得到終生幸福更值得分享。
周大福歷史悠久，見証每對準新人婚嫁旅程的每一步：求婚鑽戒是男孩子對女孩子愛的承諾；結婚對戒是愛侶完美結合的信物；
千足金金飾代表父母長輩給一對新人的祝福。
周大福爲你締造難忘一刻，獻上 The Perfect One 完美婚嫁活動，讓你倆走進幸福婚嫁旅程。

1 完美婚嫁 電子印花卡

活動推廣期 由即日起至2014年9月29日

參加辦法 凡於港澳全線周大福選購單件指定婚嫁首飾滿指定金額，即獲電子印花1個，並獲1次抽獎機會。

抽獎獎品 大獎（2份）：周大福美鑽吊墜乙件及香港君悅酒店靜水心園雙人客房一晚住宿連雙人60分鐘按摩及咖啡廊自助早餐。（大獎總值約港幣$18,800）

第二階段獎品：成功收集1個印花及上載準新人「幸福甜蜜」照片並寫下準新人「幸福甜蜜」的承諾，有機會贏取「2014 The Perfect One 韓國完美婚嫁之旅」5日4夜雙人套票（名額：8份）

獎賞總值超過HK$780,000

2 幸福滿溢求婚大作戰

活動時間 2014年4月29日至10月16日

參加辦法 上載一段不多於3分鐘的求婚片段。

獎品

第一階段

- 首250名成功上載參加者可獲周大福HK$2,500現金禮券乙張
- 每月最高三位票數者可獲得周大福HK$10,000現金禮券乙張

送出周大福現金禮券總值超過HK$850,000

第二階段

- 最高分數的勝出者可獲得「2014 The Perfect One 韓國完美婚嫁之旅」5日4夜雙人套票（名額：2對）

3 周大福 Wedding Club

Wedding Club 誠邀多位婚禮達人成為專業博客，分享婚禮資訊及過人經驗。會員亦可賺取積分，兌換「囍悅優惠」，包括婚禮美飾、婚紗婚影、美容、酒店及旅遊尊貴美優惠。Wedding Club 亦會定期安排工作坊邀請專家示範及貴身參與，令婚禮做到一絲不苟的準備。費用全免，**立即登記！**

主辦：大日子

全力支持：周大福 CHOW TAI FOOK

以上婚嫁活動之詳情，
請瀏覽周大福婚嫁網頁
wedding.chowtaifook.com/ctfmini

愛·為生活打氣
COOK FOR LOVE



「你今晚返唔返屋企食飯啊?」

忙碌彷彿是香港人的共通語言。我們對工作抱有要求，偏偏我們都清楚知道，身體健康及家庭溫馨比工作更重要。要在忙碌生活中照顧家人健康，把握共晉晚餐的時光，明火煮食就是你的首選。今日就花上片刻時間，烹調精緻心意菜式，為摯愛打打氣！



明火爐具，方便易用

火候控制得宜，無段調校火力。火力均等，不會因多個爐頭同時使用而減弱。煤氣爐火力強勁，快捷方便，鑊氣十足。



低碳之道

煤氣在生產及傳送過程中的整體能源效益相對電力更優勝，所以使用煤氣爐具更環保。明火煮食較非明火煮食在生產、傳送及使用過程中的二氧化碳排量度較低，有如每個家庭平均每年為香港多種8棵樹。





明火煮食，色香味美

明火煮食利用火焰及熱空氣，瞬間加熱食物至所需溫度，適合不同形狀及物料的煮食器皿，令食物色香味美。火力特強，若放入食物後令食油降溫，熱力可快速復原，保持油溫，強大火力還可迫出多餘油份。





明火好煮意



雪耳紅棗雞湯

材料:

光雞 - 斬4件 - 1 隻	紅棗 - 12 粒
瘦肉 - 切大件 - 300 克	薑 - 4 片
雪耳 - 2 朵	水 - 4 公升

做法:

1. 雞與瘦肉同氽水 5 分鐘，沖淨備用。
2. 雪耳浸水1小時至軟，撕細；紅棗沖水去核。
3. 將水煮滾，放入所有材料，中火煲約 2.5 小時，加鹽調味。

明火煮食知多D

不論「老火湯」或是「明火靚湯」，顧名思義，無「火」不行。控制火候是煲湯的主要關鍵，唯有借助明火，方能均勻地加熱整個湯鍋，拉近鍋底與鍋側的溫差，令沸騰的對流現象四方八面地同時進行，如此一來，湯料可更快炆熟，味道和養份亦能完全溶入湯水。日常煲花膠湯和豬骨湯的時候，我們總想將蛋白質、膠質與鈣質經過水解化成鮮湯，好讓身體更易吸收，在這種情況下，明火更是不可或缺。





「你今晚返唔返屋企食飯啊？」

這條問題，無論大家從電話筒中聽到，或是在手機屏幕上看見，都會感到一陣窩心。沒錯，在你埋頭苦幹之時，家人正以源源不絕的心意和巧思，為你準備最好的明火美食，為辛勤工作的你給予最大支持。



立即收看「愛•為生活打氣」電視劇場版，
嚟Facebook 參加「家人有約」行動！
一於返屋企食飯，儲分換取 Le Creuset特選廚具及
煤氣烹飪中心精選烹飪班名額 等心意禮遇！
www.cookforlove.com.hk







煤氣 Towngas

幼童近視大激增
把握護眼黃金期

電子產品普及，小朋友亦常「機不離手」，加上繁重的功課與學習，令小朋友長時間近距離觀看物件，加深患近視的風險。不少小朋友就讀幼稚園時，已開始佩戴眼鏡，情況令人憂慮。政府建議，學童從4-5歲開始，便可以進行視力檢查。但不少家長反映，眼睛檢查排期需時，而且某些檢查亦不夠全面，怕小朋友錯過治療眼疾的最佳時機。

近視也可能歸因予遺傳，以撰寫育兒心得著名的 Bloggers – Mandy 和 Vincent，也面對這個煩惱，只因二人從中學開始，已經是「眼鏡一族」。有見及此，二人與剛就讀幼稚園的大仔Mancent 到「眼鏡88學童近視控制中心」，作全面仔細的視力檢查，並與大家分享過程及感受。



▲ 人氣Bloggers Mandy和Vincent帶同大仔Mancent，到「眼鏡88學童近視控制中心」作眼睛檢查。

記 記者　M Mandy & Vincent

記：爸爸媽媽都有佩戴眼鏡，有否擔心小朋友有視力問題？

M：我們兩夫婦也有近視，所以很擔心孩子也會有遺傳的近視問題。而且，我們的大仔Mancent今年四歲，正就讀幼稚園，眼見他不少同學已需要佩戴眼鏡，就更擔憂。加上我們間中也會讓孩子玩平板電腦，所以開始注意他的視力問題。

記：最擔心子女有甚麼視力問題呢？

M：作為父母，除了擔心孩子有近視外，也會擔心他有散光或不能控制眼球等問題。我們也會擔心他有一些透過一般驗眼(只驗度數)時未能發現的眼疾，如視網膜穿孔等，真是甚麼也擔心一場。

記：你們何時開始想帶小朋友去驗眼呢？

M：我們想過為Mancent驗眼，但聽過坊間不少評論，怕排期的時間太長，或視光師經驗太淺，不懂與小朋友溝通，所以一直猶疑不決。後來，我們發現「眼鏡88學童近視控制中心」提供「全面眼科視光檢查」及「近視控制諮詢」，因此帶著孩子前來檢查。

記：Mancent於「眼鏡88學童近視控制中心」完成檢查後，覺得這裡與一般眼鏡店有何不同？

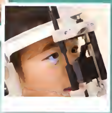
M：這裡的設施很專業，有些還是特別為小朋友而設，令小朋友很容易配合檢查，而視光師對小朋友亦很有耐性。

記：讓你們感覺最深刻的是甚麼？

M：最深刻的是可以從註冊視光師學到更多護眼及預防近視的知識，例如他建議我們在看書時，不是放在桌上，而是拿在手上，令眼睛在看近的時候，也會看到遠的事物。這些專業又貼近生活的小建議，令我們感覺貼心。

註冊視光師
專業小貼士





如何察覺孩子視力上遇到困難?

- 看東西時常常瞇起雙眼
- 未能正確從黑板上記錄筆記
- 寫字時出現跳行或漏字等學習問題
- 眼睛轉動欠缺靈活，看東西時頭部偏側



兒童近視控制方法有幾種?

	角膜矯形術	軟性隱形眼鏡	近視控制鏡片
適合年齡	6歲以上，能處理矯形鏡及近視不足500度的兒童	6歲以上，能處理隱形眼鏡的兒童	年紀較小及未能處理隱形眼鏡的兒童
佩戴方法	每晚睡覺時佩戴高透氧度硬性隱形眼鏡來逐漸改變角膜弧度，日間無須佩戴	只須在日間佩戴來矯正和控制近視	須配合特定姿勢以正確使用鏡片
效果	暫時獲得最多臨床研究證明有效延緩近視加深，但個別延緩效果有不同	少量臨床研究，效果因人而異	少量臨床研究，效果因人而異

如何為孩子挑選合適眼鏡?

- 除面形外，要配合頭圍大小
- 選擇較輕及不易引起敏感的物料
- 維持最佳的廣角傾斜和頂點的距離
- 提供完美的平衡和高穩定性

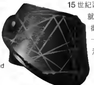
學童視力檢查
免費查詢熱線
2569 3389

OPTICAL 88 學童近視控制中心

沙田新城市廣場3期1樓A188-A189號鋪
沙田新城市商業大廈7樓701室
鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓1306室



Double Layered Hexagon Leather Cuff $640



Double layared smart phone stand leather bracelet $790



Irregular leather neck cuff $780

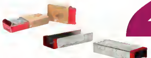
1

港式皮器

剛剛在意大利參展完畢的香港新晉手造皮具品牌 Adarga，由四名八九十後 designer 組成，Adarga 原意是 15 世紀西班牙人用來製作刀劍不入的硬皮盾牌，而品牌就是利用手造皮設計這賣點，作為一個盾牌去捍衛及宣揚本土創作產業，他們由最初只能屈膝在一間 400 至 500 呎的 studio，到現在有眾多香港明星捧場，甚至能越洋到意大利參加 fashion exhibition，短短三年間就有這麼出色的成績，絕對可以把他們當成香港本土設計的好榜樣。

facebook：Adargaofficial **ELTON**

2



設計就係咁簡單

實用的設計不必複雜，已能為生活去除一些瑣碎的麻煩。釘書機本來就是一項明智的發明，將文件分門別類妥善整理，但急需它的時候總發生用光釘書釘的情況。設計師 Wei-Ling Hsu、Yu-Ren Lai 和 Cyuan-Yi You 就利用釘書釘的顏色來作辨認，顛覆灰銀色的鐵釘設計，將最後五顆釘書釘漆成紅色，提醒使用者是時候為釘書機添加新成員。不過最怕是習慣以後，對這種善意警告依然視若無睹而已。

facebook：Yanko Design **MICHELLE**



單車小如傘

想為環保出一分力，愈來愈多人選擇以單車代步。不過大城市推單車難免有點麻煩，如果有架摺疊式單車就最好。意大利設計師設計的 Sada Bike，摺起來只有雨傘般小，而且外形有型超現實，兩個輪是空心的，無輪圈支撐，亦沒有剎車線和齒輪這些傳統單車配置。而且只要按下座墊，就可以快速和簡單摺疊起來，輕身易攜，入商場、行街，上落樓梯也十分方便。

網站：www.sadabike.it/en **NAOMI**



3



Standard Chartered
渣打銀行
Here for good



一卡讓您更快起飛，探索世界無盡精采，就是最好

全新渣打WorldMiles American Express®卡，不但讓您全年於本地及海外零售簽賬尊享**HK$5 = 1里數**（15積分），更為您精選一系列的商戶優惠，其中包括：

agnès b. DÉLICES | agnès b. fleuriste | Classified | LE SALON DE THÉ de Joël Robuchon | PAGE ONE

全新信用卡客戶迎新優惠	同時成為全新「優先理財」或 Preferred Banking客戶之迎新優惠
高達32,000里數(480,000積分)（新卡獲發出後首2個月之本地及海外零售簽賬可享**HK$4=1里數**） + **3,000里數**(45,000積分)（網上申請尊享優惠）	**高達50,000里數**(750,000積分) + **2,000里數**(30,000積分)（網上申請尊享優惠）

立即申請！ worldmiles | sc.com/hk/worldmiles

重要事項：1.迎新優惠之推廣期由2014年4月8日至8月31日。2.里數將以「360°全面賞」積分形式送出。客戶可透過「360°全面賞」計劃以渣打WorldMiles卡賺取之「360°全面賞」積分換取里數。於2015年3月31日前，客戶成功申請及確認渣打WorldMiles卡可享HK$300「里數轉換手續費回贈」優惠1次，須受條款及細則約束。除特別註明外，每次換領里數，客戶須支付HK$300里數轉換手續費，詳情請參閱渣打WorldMiles卡獎賞計劃條款及細則。3.所有優惠須符合其他有關條款及細則約束，詳情請瀏覽sc.com/hk/worldmiles。渣打銀行（香港）有限公司（「本行」）保留隨時更改或終止優惠及修訂任何有關條款及細則之權利。如有任何爭議，本行保留最終決定權。**全新信用卡客戶迎新優惠**：1.優惠只適用於成功申請渣打WorldMiles卡及渣打白金信用卡主卡之全新信用卡客戶。2.全新信用卡客戶之定義為於新卡批核時並未持有及於過去6個月內沒有取消任何渣打信用卡或MANHATTAN信用卡主卡之申請人。3.「高達32,000里數」優惠已包括從每HK$5兌換1里數之基本兌換率所賺取之部分。全新信用卡客戶於新卡獲發出後首2個月內憑新批核之渣打WorldMiles卡簽賬之每HK$4合資格簽賬（包括但不限於本地及海外零售簽賬）可享1里數（相等於15積分），合資格簽賬額之上限為HK$128,000，每位全新信用卡客戶最多可獲享32,000里數（相等於480,000積分）。4.「3,000里數」優惠只適用於透過渣打網頁或Breeze Good Life手機程式成功遞交申請表格之申請人。主卡申請人須於新卡獲發出後首2個月內憑渣打WorldMiles卡簽賬滿HK$5,000或以上。5.優惠須受有關條款及細則約束，詳情請瀏覽sc.com/hk/worldmiles。**全新「優先理財」或Preferred Banking客戶迎新優惠**：1.欲享「優先理財」迎新優惠，客戶須於過往12個月內未曾成為「優先理財」客戶，及於推廣期內成功開立「優先理財」服務並達相關新資金增長要求。2.如欲享Preferred Banking迎新優惠，客戶須於過往12個月內未曾成為Preferred Banking或「優先理財」客戶，及於推廣期內成功開立Preferred Banking服務並達相關新資金增長要求。3.有關詳情請參閱「優先理財」及Preferred Banking服務宣傳單張或向本行職員查詢。4.「2,000里數」優惠只適用於過往12個月內未曾持有任何渣打銀行存款戶口（即儲蓄戶口、往來/支票戶口、綜合存款戶口及定期存款戶口）之客戶。優惠須受有關條款及細則約束，詳情請瀏覽sc.com/hk/worldmiles。

美國運通是美國運通公司註冊商標。此卡根據美國運通的許可，由渣打銀行（香港）有限公司發行。

由渣打銀行（香港）有限公司刊發

TEXT · SORA & TIFFANY DESIGN · LULU @POP（廣告）



多屏連繫 投入狂熱賽事

炎炎夏日的六、七月，
全城焦點必定聚焦於國際矚目盛事上，
要感受現場的動感熱鬧氣氛，未必需要置身其中。
透過各種嶄新的電子產品，
以多角度貼身直擊、重溫或分享賽事盛況，
無論身處何地均能享受高質素視聽效果，
感受現場熱情高漲的氣氛之餘，又能留下難能可貴的回憶，
投入讓你腎上腺素飆升、心跳加速的夏日盛事！

視覺享受



聲畫細緻 投入現場感覺

想與朋友們安在家中，舒舒服服一同觀看精彩的賽事，絕不能缺少一部高質素的大電視LG EA8800 Gallery OLED TV，以藝術畫框設計，配合畫布揚聲器、四色像素技術，對比鮮明及完美觀賞角度，以55" 大屏幕觀賞賽事，加上LG Black 純黑對比，猶如置身比賽現場一樣的逼真視覺體驗，感受狂熱氣氛。

貼身追擊



智能裝備 追蹤比賽資訊

想隨時了解比賽動態，可選擇採用一體成形金屬機身的HTC One M8，其Motion Launch™智能啟動功能，協助你輕鬆開啟手機螢幕或是執行相關功能。配合支援對應中港及世界多地4G LTE制式，無時無刻都能以高速且流暢的網絡全方位緊貼比賽資訊。此機更可下載TVB APP，觀看22場直播賽事，加入嶄新多角度欣賞球賽功能，讓觀眾自選不同角度重溫賽事中每個精彩時刻。

珍貴回憶



凝聚快樂 紀錄精彩時刻

當一眾好友觀看緊張刺激的運動賽事，或參與狂熱的慶祝活動時，為自己喜愛的比賽隊伍歡呼喝采，當然要以相片及短片紀錄當下的氣氛，留下快樂的回憶。Canon EOS 700D 數碼單鏡反光相機，配備全高清EOS Movie短片拍攝、多點觸控式多角度3" LCD螢幕，以及ISO 100至12800寬闊感光度範圍，即使昏暗環境仍能捕捉快樂時刻。



直擊賽事 多角度欣賞

無論身處任何地方都想擁有舒適的觀賞效果，能360°旋轉的平板電腦便可滿足要求。Lenovo IdeaPad Yoga2 13 多模式的Ultrabook™，具有13.3"自動旋轉全高清多點觸控屏幕，以及高達2.60GHz 的Intel Core i5-4200u處理器，獨特360°旋轉設計，方便調校最適合的觀賞角度，即使凌晨躺臥著也可舒適地直擊賽事。



高質音效 提升熾熱氣氛

現場震耳欲聾的歡呼聲以及刺激緊張的旁述，能夠牽引著觀眾欣賞體育賽事的心情，故此一個好的耳筒絕對不能缺少。採用6N OFC連接技術線材的Monster DNA PRO耳機，罩耳式設計可達到徹底隔音效果，加上配備高效能全頻動圈單元，令節奏動態更明顯。在夜深人靜時，仍能以高音質效感受現場的狂熱氣氛。

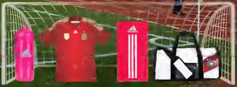


狂熱體驗 留下美好印記

愈來愈多女士們也熱愛一起觀賞賽事，加上大街小巷滿佈色彩繽紛的裝飾，為炎炎夏日的慶祝活動及狂熱派對添上一抹熾熱氣氛，而相機定必成為女士們的派對隨身物品。Casio ZR1200相機，配備1,610萬像素及美肌模式，而內置的小型腳架，更方便以不同角度自拍，紀錄美好的時光。

讓你投入狂熱生活

由即日起至7月13日期間，凡於百老滙購買指定牌子及型號的影音、相機、電訊或多媒體產品，即可免費獲贈指定運動禮品，數量有限，送完即止。全城喝采哄動，享受狂熱生活，為精彩賽事拍掌歡呼。



以上產品資料只供參考，一切以代理商提供為準。百老滙分店地址查詢熱線：3144 1889

02
Coverstory



THAT'S LIGHT & FREE!

盡爽 無界限

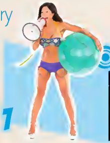
男人心底裡總潛藏著一個自由奔放的靈魂，對舒暢且無拘束的感覺最為嚮往。朋友聚首，一瓶又一瓶的啤酒，高談闊論地暢所欲言，能引發高漲情緒，同時喚醒男人的 inner-child。女人可以說男人是永遠長不大的小孩，但在男人的眼中，活得夠爽，才算是對得起自己的人生！

TEXT・CLAUDIA & ALAN PHOTO・MICHAEL・WAI・網上圖片 DESIGN・BILLY

02 Coverstory



男人點樣先夠 Free？



1 女友陪打波兼打氣

你總不能強迫女友愛上運動，但你卻可以邀請她親自到場為你打氣。據非正式統計，凡有女伴於觀眾席上支持的男性籃球員，90% 都會即時化身成為場上 MVP(最有價值球員)，入樽　倒掛樣樣佳精。



2 旅行中的艷遇

有些感情雖未能開花結果　但卻會教人回味 N 次。獨個兒旅行本已是甚有「男人浪漫」的味道，如旅途上還能結識一位異國美女，有如《情留半天》的 Jesse 及 Celine 般蘊藏出一段若有若無的感情　或許會教你一世都在難以忘懷　亦足夠在朋輩間炫耀。



3 一口氣喝掉一瓶啤酒

夠豪　代表你夠自信，而且還能駕馭自信。不用被朋友們三催四請已豪邁地一口氣將整瓶啤酒喝掉，除可贏得大家的歡呼聲外，說不定能還能爆發出強大的自信魅力，招來旁人艷羨的目光。



4 在沙灘上被女孩主動搭訕

烈日當空　熱浪捲襲　於沙灘大汗疊細汗展露型男肌肉美時，引來性感女生們回頭　更有主動前來搭訕的，讓天性愛審視異性的男士剎那間變成被欣賞的對象　無上的虛榮感絕對可秒殺所有對手！



5 曾擁有六塊腹肌

男人就是對線條的美感充滿執著，不過比起婀娜多姿的美女或是風馳電掣的汽車，男人對自己的身形卻是更為執著。不在乎天長地久，只在乎曾經擁有　人生曾苦練出一排朱古力腹肌(記得要拍照留念)才能稱得上不枉此生。



6 有幾位固定「酒友」

「人生有個真正朋友，的確好極！」男人有情緒有心事時，未必想婆媽地大吐苦水，卻希望找幾個知心 buddies 同舟共濟。一聲召喚，不論是上(大霧)山或是下海(灘)　兄弟姊妹心照不宣齊齊現身，無用多話，飲！



7 辦公室內放滿獎盃獎牌

勝利　代表你曾努力不懈，亦代表你曾令別人失敗。在公司的當眼處擺放著「那些年」的獎盃獎牌，看似是在緬懷過去，但其實是在暗地裡展示霸氣　讓人望而生畏，或多或少給你幾分的尊重。



8 網上見解　迴響不絕

言之有物，發表滔滔偉論，自是希望得到一眾「巴打絲打」的支持。在社交平台上得到過百 like 的回應，既能彰顯自己相識四海的社交能力，亦能保持自己的網絡人氣，簡直是確立自我價值的最佳法門。



9 OT 時飲啤酒

人人在周末放假歎世界　但自己卻要在家中繼續開工，生活盡是不公平的無奈。為著生計，你不可輕易便遞上炒掉老闆的辭職信，但你卻可帶著 "who cares?" 的心態，一邊淺飲著清涼的啤酒一邊打著鍵盤，將心中的不滿爽快地宣洩出來。

IT'S SUMMER! IT'S BEER TIME!

在悶熱的夏天，喝上一口冰凍啤酒，鬱悶之氣都透過二氧化碳統統排出，爽快之感難以言喻！啤酒豐富泡沫最能把 Light & Free 的情緒放大，特別在代表著自由、灑脫及歡樂的夏日，尤其對勁。口味清爽獨特的生力清啤，酒精濃度及卡路里含量較低，特別容易入口，即使多喝兩杯也不易脹肚，讓你與良朋歡聚時，也能喝得盡興，延長快樂時光。



OUR LIGHT & FREE MOMENT

為了展示不同界別男士獨有的 Light & Free moment，我們特別請來三位知名插畫師林祥焜 Elphonso Lam、Jonathan Jay Lee、Terence a.k.a Uncle，分享他們心目中最 Light & Free 的 fun hour，並如何從中得到創作靈感，為生力清啤畫出別樹一格的 Summer Splash 夏日限定精品。

林祥焜 ELPHONSO LAM





本地多方位創作人，身兼漫畫家、插畫家、figure 玩具設計師，作品向來對繪畫女性人物都具有獨特觸覺與風格，曾組過 Charisma、Climax 高潮樂隊及 BIG ROD 大支野樂隊。

Q: 你心目中 Light & Free 的定義是甚麼？

A: 放假。我認為女性在夏日也很 Light & Free、summer fashion 往往展示出她們性感的曲線美態、賞心悅目。

Q: 請分享一下你最 Light & Free 的一個經歷？

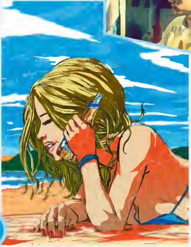
A: 每次完成工作後離港旅遊、是我最 Light & Free 的時候。放下工作，遠離工作枱，擴闊視野，自由無束縛地尋找靈感泉源。

Q: 可否分享一下今次跟新力清啤合作的趣事？

A: 本身我創作的版本比這個更保守，原來生力清啤的尺度可以再大膽一點，最後就畫了我一向拿手的性感美女。不過這種性感是健康正面的，就像喝酒精及卡路里含量較低的生力清啤般，能盡情享受啤酒帶來的刺激感，對身體又不會造成太大負擔。

JONATHAN JAY LEE





於紐約帕森設計學院畢業並獲取藝術插畫學士，曾參與 Marvel Comics 的短篇漫畫，並大受好評。在 "Peninsula" 雜誌的刊登中被形容為明日之星，並得 "Perspective" 雜誌評為 "40 Under 40" 亞洲新銳設計四十傑。他的作品曾在紐約、香港、蘇格蘭及日本作出展覽。

Q: 可否分享你最 Light & Free 的時刻？

A: 我對創作要求相當苛刻，像患上挑剔病般，希望能做到最好。我最自在的一刻便是經過一番苦幹後、完成作品的那個瞬間。

Q: 請介紹一下這次的作品，並分享一下你的感受？

A: 我今次沒有想太多，只一心專注在 "Light & Free" 的主題上，自然就畫出感覺。我的作品有很多藍天碧海，都市人生活繁忙，工作壓力特別大，希望大家看到我的作品，會喚醒他們要放鬆的感覺。

Q: 工作以外，你如何享受生活，抓緊輕鬆時候？

A: 就是跟親朋共享真摯的 beer time。我愛啤酒，因口感獨特，同時又讓人很放鬆。與好友們一邊暢飲，一邊談天說地，可以暫且放下煩惱。

TERENCE A.K.A. UNCLE





身兼塗鴉藝術家及平面、網頁設計師。致力推動塗鴉文化及創作，創辦 PDW 香港塗鴉合法團隊及 Afterworkshop 跨地塗鴉組織。

Q: 是次計劃中，你是唯一一位使用 typography（字型學）的藝術家，可否介紹一下你的作品？

A: 我這次使用了兩種表現手法，一個是以沙灘各元素作為背景，襯托出主題字款，另一個則是把沙灘的海天一色景象 fill-in 在較粗的字體內，整個景色是由啤酒倒出來的，帶出喝啤酒就像走到沙灘般舒爽的意思。

Q: 對你來說，Light & Free 是甚麼？

A: 一種釋放，無負擔，無包袱，自由無拘束的感覺。所以我其中一個作品掛著一件 bikini top，代表著自由無拘束的 Light & Free，連身外物如衣服都脫掉，赤裸裸的。

Q: 你是否認為夏天特別 Light & Free ？你又如何以這個態度過夏日？

A: 對！尤其我很喜歡水上活動。我也習慣與一班喜歡畫 graffiti 的朋友，一邊喝啤酒、BBQ，一邊以顏料及噴漆隨意展示各人的想法及態度，整件事便已經很 Light & Free 了！

02
Coverstory

LET'S HAVE SOME FUN!

BON VOYAGE

想要幾 Free，當然由自己話事。生力清啤全新推出的 Light & Free 夏日別注限定插畫系列，備有多款以沙灘為主題的精選產品，而且均印有由以上三位插畫師所創作的插畫作品，絕對可將 Light & Free 的盡興精神足本放送。

而除了玩遍全港的每個沙灘外，大家更可把握夏日的黃金檔期勇闖世界，於各地的沙灘熱點大玩特玩，讓大家挑戰夏日狂歡的極限。



1

民丹島
是印尼廖內群島的最大島嶼，遠離塵囂，民風純樸。島上擁有無際的沙灘，讓你在艷陽下能盡情玩樂。伴隨著島上村民們的熱情款待，教人難忘窩心。











2

馬爾代夫

被譽為「地球上的香格里拉」，由椰樹、沙灘及大海組成的美景盡收眼底，加上長年不低於 28 度的溫暖水溫，讓人心曠神馳，安撫你勞累的身心。

3

浮羅交怡

一個美麗而神秘的熱帶島嶼，廣受全球人士歡迎。不論是花一整天在海洋世界，去打一場高爾夫球，或包船探索海洋世界，浮羅交怡也是讓你盡享海陸大自然的理想之地。

4

沖繩

位於日本列島西南的遙遠海洋，由 160 個大大小小的島嶼組成，魅力在於美麗的海景及南國獨特的文化。此外，充滿熱帶風情的美食，俘虜味蕾。



SUMMER SPLASH

為了把啤酒的趣味帶給更多人，生力清啤特別跟以上 3 位插畫師合作，聯合推出多款 Summer Splash 沙灘禮品，用插畫帶大家從視覺上體驗夏日。Ⓟ

想把握體驗民丹島夏日風情的好機會，請到 San Mig Light Facebook Fanpage 瀏覽。

San Mig Light 生力清啤

打火機

杯墊

夏日沙灘袋

03
Holistic Green
feature

Farm to Table
野放的味道



跟張弛遊走田野，他隨時蹲下身來摘一小棵西洋菜、一片荷蘭豆或一粒小番茄給你：「試試看。」吃進嘴裡味道難得地清新。他在旁計劃著哪個做沙律，哪個配意大利飯，哪個煮湯。張弛是農夫，也是素食餐廳「素苗農舍」的主理人兼大廚，對食物味道特別敏感。早上從自家農田摘下的野菜，晚上便成為桌上佳餚，他從農田走到餐桌，端上一頓農夫的最大心意，讓人吃進最新鮮、野放的味道。

TEXT • NAOMI PHOTO • MICHAEL DESIGN · ALICE



三月底才養的蜂箱，張弛說夏天製香茅蜜糖水，冰凍荔枝蜜最適合不過。









張弛認為土壤是有生命的，要懂得自然的節奏，不時不食，才能種出優質作物。現在初夏剛至，是時令茄、瓜和豆的收成期，外形和味道都比有農藥的作物飽滿鮮甜。

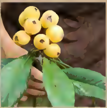
自然農法　引水種菜

「這裡是大帽山山腳，溪水由清潭湖引過來，沿溪流種些西洋菜，不需特別打理，野放種植。」張弛位於元朗新菜園村的農田，非常原生，隨處都見農作物，而且無須施肥、不用農藥與電力，引山水灌溉便可種植，他說這叫自然農法。「善用每一吋農地，無須特別開墾和打理，配合天然地理環境，根據天氣時節種合時的農作物。有清澈的山水提供營養，作物健康強壯，自然不怕害蟲。」

他笑說整塊田長期只需兩人打理，唯一要防備的是野豬和山羊：「動物也是大自然的一分子，和人類共生，與其驅趕，不如多種植牠們看不上眼的作物，如茄、瓜、豆類，至於甘筍、紅菜頭這些山羊美食，唯有隔著圍板種植。」最近他更在小水塘養了幾尾鯉魚，讓水源營養更充足，他說只要懂得自然的節奏，便能種出「菜有菜味」的農作物。



03 Holistic Green
feature



餐廳裡有棵枇杷樹，一結果便可摘來吃，微酸，是餐前沙律的最佳配搭。

素苗的環境有種原始味道，皆因家具全部二手回收而來，簡樸，卻別有一番自然風味。









素食餐廳主要由張弛和太太親手打理，另外還聘請兩名兼職店員幫忙，都是理念相近的綠野朋友。





野放種植的特點之一，是引山水灌溉。

農夫兼廚師　推廣素食

當了農夫7、8年，張弛還有另一個身分——綠色廚師。愛上煮素菜、開素食餐廳，無非不想浪費農夫的用心。「種出新鮮農作物，卻不懂煮出鮮味，太浪費了，於是開始鑽研煮素菜。」他認為廚師的最大作用，是讓人開胃：「利用蔬菜瓜果本身的味道，引起食慾，一改人們對素菜的誤解。其實肉類味濃容易搶去其他食物的鮮味，而且一般依賴醬汁調味，變化少，相反蔬菜種類已有數百，不同味道不同配搭，容易取得平衡，而且永遠有新鮮感。」

為了讓客人品嚐到最美味的一頓素菜，他一大早便到農田收割當日最新鮮的蔬果，然後騎十分鐘摩托車回到餐廳，馬不停蹄準備當晚的菜式。「麵包、pizza、甜品這些可以先處理，然後便要想想味道配搭，最好是花、葉、果實全都用盡。」說罷張弛在餐廳一幅牆邊隨手摘了朵花放進嘴裡：「這是旱甘蓮，微辣，拿它的葉子伴沙律，配合西洋菜的清甜和枇杷的微酸，能醒胃刺激味蕾，花則放在risotto上點綴，還有那邊我們上兩周才養的兩個蜂箱，快到荔枝當造季節，可炮製香茅荔枝蜜特飲。」邊說著手頭邊忙著各種食材配搭，一刻也不閒。

03 Holistic Green

feature



自家挖製的柴火烤爐用來烤薄餅麵包。





蔬菜沙律配麵[illegible]

西洋菜和旱甘[illegible]上枇杷和小番茄，淋上番石[illegible]汁，酸酸甜甜，清新開胃。麵[illegible]包裹著生木瓜和芒果，[illegible]草蓆，賞心悅目



餐廳內的部分家具是拾回來的二手貨，加上簡樸佈置，有種小泰國或台灣鄉村風味。



旱甘蓮花，整朵都可以放入口，微辣又帶點清新。

美好的一頓　填滿心田

素苗農舍只在星期五、六、日晚上營業，一來烹調需時，二來精緻素食值得慢慢品嚐。大約六時左右，客人便陸續到來，有的慕名來找張弛分享素食心得，也有素食初哥被餐廳環境吸引，拍照不停。「我們沒有定特餐單，而且路途遙遠，來的食客都是有心人。上月天氣不穩，他們甚至不介意沒有冷暖氣、下著雨用膳。」張弛說時臉帶感激。

事實是，路遠和原始裝修都不算甚麼，因為餐廳簡樸自然的格調，反而有種遠離城市繁囂的感覺，甚至以為自己走進泰國和台灣的鄉郊餐廳。最難得的是，每一道精緻美味的素菜，都有人為你講解材料、調味以及背後用心。「不傷害其他生物，又能滿足自己的胃口，從農田而來的食物，為素食者帶來強大的心靈力量。」Ⓟ



紅菜頭青豆湯

磨碎了的青豆，味道濃郁口感豐富，與紅菜頭的草青味極配合。特別一提自家製麵包，以原隻焗黑橄欖蒜蓉代替牛油，非常惹味。



有機蘑菇伴南瓜糙米意大利飯

有機蘑菇的香和南瓜的甜，配合原生種的冰湖野米混和糙米煮成的意大利飯，煙韌有咬口，配搭得宜，吃出不同蔬果的層次感。



桑子朱古力批（額外收費）

朱古力甜中帶點點苦澀，配合微酸的桑子作中和，不太甜膩，反而有種甜品少見的清新滋味。

素苗農舍

地址：錦田大江埔 53 號
電話：2893 3037
價錢：$200 / 位
（三道菜連花茶）
營業時間：星期五、六、日晚
（須預約）
facebook：OVEGfarm



生力清啤 Summer Splash 大抽獎

炎夏暢飲生力清啤，贏走香港知名插畫家林祥焜、Jonathan 及 Terence a.k.a. Uncle 限量版至 Hot 夏日主題禮品，型盡 Summer，一齊 Light & Free！

推廣日期由即日起至6月4日，購買任何**生力清啤產品1件**，透過生力清啤手機程式輸入收據資料又或於 Facebook 專頁登記即可參加"Summer Splash"大抽獎，有機會獲得：

頭獎 雙人民丹島旅遊套票
（入住5星級海景別墅連水療服務）
價值HK$30,000（1名）

二獎 生力清啤夏日行李箱，
價值HK$1,500（10名）



三獎 生力清啤沙灘用品
（包括生力清啤沙灘毛巾、沙灘墊、保溫袋及可摺雨傘）
價值HK$500（500名）



除抽獎外，仲可以透過生力清啤免費獲贈插畫家其他禮品，詳情請參閱生力清啤 Facebook 專頁。





香港生力啤酒

App Store
Google play
San Miguel

03
Holistic Green
· global

米蘭垂直森林

究竟住在大城市，能否擁有一個人與自然共融的家？意大利建築師為此破天荒設計出名為「垂直森林」（Bosco Verticale）的兩棟式建築。在這兩棟樓宇內，植物不是裝飾，而是家的一部分，將鋼筋與植物融和，利用污水灌溉，讓綠色植物緩和大城市污染問題，甚至在室內亦能呼吸清新空氣。

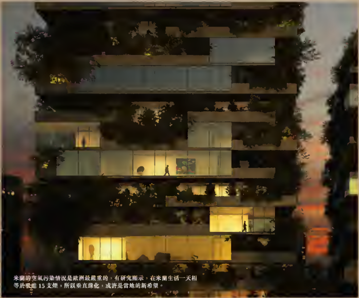
TEXT・NAOMI PHOTO・網上圖片 DESIGN・BLUE

鋼筋與植物共存

意大利建築師 Stefano Boeri 認為建築物作為大自然的入侵者，在設計建築物時應該表現得更謙虛，多考慮與自然的融和。他因而想出這個計劃，讓兩棟分別 28 和 16 層樓高的建築，每戶都有與混凝土結合的種植陽台，如身處私人的花園森林，隨時望出窗外，便能看見一片綠意，而從外看，大樓會變成兩棟綠牆，每一吋空間都種滿綠色植物。

這個概念上並不複雜的計劃，實行起來卻極為耗時。Stefano Boeri 花了兩年多時間，與工程專家、植物學家討論究竟哪些植物適合當地氣氛，如何在有限的樓宇空間中種植，以及日後的打理，最終得出一個可循環並延續的管理方案。





米蘭的空氣污染情況是歐洲最嚴重的，有研究顯示，在米蘭生活一天相等於吸進 15 支煙，所以垂直綠化，或許是當地的新希望。



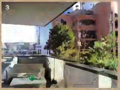
1 拔地而起的一公頃森林。
2. 植物不是裝飾，而是樓宇的一部分，建築師笑指有意購買者除考慮設計和方位外，更應考慮要和怎樣的物植物一起生活。


Canon
Delighting You Always
想了解孩子的心思、
想法、角度
由照片
看他們眼中的世界
送孩子一份學習禮物!
買IXUS數碼輕便相機*即可獲贈
Mr. Men™ Little Miss™精美相機帶及相機袋
*只適用於IXUS 265 HS及IXUS 155,數量有限,送完即止
MR. MEN™ LITTLE MISS™ © 2014 THOIP (a SANRIO Company). All rights reserved.
Canon IXUS 咔嚓童盟
及小朋友攝影活動



污水灌溉 淨化空氣

這兩棟雙子樓有730棵樹、5,000棵灌木和1.1萬株其他類型的植物，相等於一公頃森林。這些植物早在建設期間完成多次風量與風向測試，確保植物不受到強風吹拂而倒下。此外，大樓以太陽能供電，每家每戶的污水（如洗衣洗澡水），經處理後，將由管道流往植物的位置作灌溉，而大廈管理部門將負責整座樓宇的植物養護，每年進行三次定期檢查、統一種植，同時為忙碌的城市人節省打理植物的時間。



米蘭是世界十大污染城市，空氣污染指數長期超標，像垂直森林這種不佔地方的綠色發展，有助解決污染問題。大面積的植物外牆，可不斷提供新鮮氧氣以及增加空氣中的濕度，即使在炎炎夏日，室溫也不會因日照影響而提升。此外，植物外牆還有助過濾污染物，阻擋灰塵進入室內，這對於人多車多的大城市來說尤其重要。

城市生物多樣化

垂直森林建築概念，能在城市中建立一個自給自足的生態系統，吸引不同昆蟲鳥類棲身，令城市的動植物更多樣化。所以即使這樣的建造花時費力，比一般鋼筋混凝土建築多消耗5%資源，但在未來，仍然是建築界的新機遇。新加坡和巴黎往後相繼會有垂直森林式建築落成，未知同樣人口密集、污染嚴重的香港，何時才見眉目？

3. 陽台上的植物一年四季也能發揮功用：春夏遮蔭散熱，秋天可在家欣賞落葉美景，冬天葉落後，陽光從樹枝間照射進屋帶來溫暖。
4. 垂直森林花了超過三年時間建造，今年年中將正式落成。



不同人的
便溺文化



「文化」是指物種進化時由生活環境中累積下來的知識和經驗而演化成各民族的生活模式及意識形態。學葉師父話齋，做人，兩個字，一食，一痾，食完就要痾，唔係食就係痾，因此以一個「痾」字為核心價值嘅「便溺文化」絕對堪稱人類文明的重要一環……

	男人	女人	老人	幼兒
需要便溺時會	去男廁	去女廁	去傷殘人士廁所	直接解放在尿片上
前往便溺時習慣	獨來獨往像隻冇腳雀仔	中學雞式結伴同行	漫漫長路慢步人生路	坐定定啜手指
便溺時最怕遇上	女友來電	前人留下的彎彎毛髮	原始踎廁	甚麼都不怕！
特別的便溺技巧	射擊訓練	把廁紙放在水面以防回彈	扶實牆壁借力打力	不動聲色完美解決
對便溺的看法	男人的浪漫	講是非時間	體能訓練	食和瞓之間的中場休息
便溺後如何清理	用海量廁紙	用海量廁紙	用海量廁紙	喊！（等父母用濕紙巾清理）

你真的有抹乾淨 Pat Pat 嗎？

習慣「齋乾抹」的香港人，覺得用海量廁紙抹完又抹就能清潔乾淨，查實係 Totally Wrong 呀。幫 BB 抹 Pat Pat 都用濕紙巾先至夠乾淨啦，點解自己嘅 Pat Pat 又唔用濕抹呢？

全新 Andrex® 皇冠® 濕廁紙可以幫你清走眼不見為乾淨的污穢，仲可以於水中沖散，唔似一般濕紙巾會塞廁所。只要用兩張濕廁紙就可以將你 Pat Pat 抹到好乾淨，唔使擦到傷晒。既方便又唔塞廁所，作為文明潔淨又醒爬的香港人，無理由唔試啫？



* 根據 Acorn 2013 年濕廁紙市場調查，
52 名受訪者中有 96% 認為濕抹更乾淨。

Andrex HK

查詢電話 2333 3543



Google 帶你上山下海

Google Map 去年引入香港的街景背包剛發佈了全新系列的相片，主要覆蓋香港郊遊地區及特色景點，大部分都要徒步到達。以前看 google 街景只見城市面貌，現在可以將郊野風光一覽無遺。下次行山更可以開 google 街景圖作嚮導。

TEXT · JING PHOTO · FRANKY & GOOGLE 提供 DESIGN · BLUE

街景背包操作員 Raf 正在南丫島拍攝。



Google 大中華區與東南亞街景計劃負責人魏藩君。

「街景時光機」自 2007 年開始，紀錄相同地點但不同拍攝時間的街景影像，再串連成街景時間軸，讓使用者對於都市變遷的歷史，建築物的建設過程，自然災害後的社區重建都一目了然。如台北士林夜市的重建情況，日本宮城縣的女川町被 311 地震夷為平地到重建的過程。



街影背包

街景背包重 40 磅，高約 4 尺，頂部裝有 15 個不同角度的攝影鏡頭，每個鏡頭每隔 2.5 秒拍攝一次，相片質素達 7,500 萬像素，方便製作成 360 度的全景圖像，電池一般可維持六至八小時。



Google Time Machine 使用示範。

人肉攝影裝甲

Google 街景背包足跡遍佈全球，今次發佈的相片為本地 google map 新增 23 個地點，包括盧吉道、龍脊、紫羅蘭山徑、東澳古道、城門水塘、雙魚河騎術學校，和離島三寶　南丫島、長洲和坪洲等。

Google 以往拍攝街景圖，主要用 Google van、三輪車及手推車，但為了上山下海，特別引入「街景背包」，由本地操作員 Raf 揹著重達 40 磅的攝影器材，紀錄本地的自然瑰寶，目前為止他已行了 250 公里。Google 街景計劃負責人魏藩君表示，在香港拍攝的最大挑戰是天氣，夏天雨季會阻礙拍攝計劃：「香港人口太密了，團隊要在清晨出發去拍攝，避開人群。」怪不得看街景照片的天色，太陽好像還未出來似的。

新功能：乘坐 Google Maps 時光機

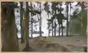
Google 剛剛推出的 Time Machine 功能，可重溫一些不復存在的景觀，如都市變遷或受到自然災害。魏藩君說，Google map 一直也有 photo sphere 的平台，公眾可以分享照片，如台灣學生早前就上載反服貿太陽花學運立法院的現場照，也是一種歷史的見證，可以增添其他人對一個地方的認識。



南丫島的巨形風車。



東澳古道。



可看到「水浸白千層」奇景的城門水塘。


Centrum 善存
Complete From A to Zinc
穩固好體質
挑戰亞健康
著名演員：文章 馬伊琍
Centrum 善存
From A to Zinc
Centrum 善存
From A to Zinc
多種維他命 / 礦物質配方
Centrum 善存
From A to Zinc
「善存」助您 挑戰亞健康
「亞健康」是介乎於健康與疾病間的一種無臨牀症狀但已有潛在發病傾向的狀態。根據世界衛生組織(WHO)的一項全球報告，全球有高達75%人口為「亞健康」者*。
長期忽視「亞健康」問題可能增加慢性疾病的患病風險。想擺脫「亞健康」，需要攝取足夠維他命及礦物質，以穩固體質。
「善存」全面配方，含26種由A至Zinc（鋅）維他命及礦物質。每一日粒。有助維持身體精力及免疫力。
有助抗氧化
有助骨骼健康
有助提升精力
有助增強免疫力
有助增強免疫力
保持心臟健康
如欲了解更多產品資訊，請瀏覽 www.centrum.com.hk
Go
Pfizer Consumer Healthcare
查詢熱線：2573 5661

Why do u hate animals?



現世代的城市，不論是小老鼠或是獅子老虎，人類都當成物件看待，不管空間環境是否合適都要將之放進住屋又或動物園，牠們的生死權利只在於人類喜歡不喜歡牠們，生存意義非常狹窄。

相反，許多古代民族都認為，每個人內心其實都住有一種動物，如生活上懂得與這種動物相處，就能找到人世間的生存智慧。有些民族甚至認為，要尋找內心的三種動物靈性，生命才得以昇華。動物，或許是我們心靈的出口。

TEXT · POLO DESIGN · W



Mohandas Gandhi 甘地

「一個民族是否人道，要視乎那民族如何對待動物！」

Animal Spirit

印弟安民族有一套古老智慧於靈性界廣傳，稱為 animal spirit。由於印第安民族自身的生活習慣關係，牠們自古已非常懂得與動物相處，也十分了解動物。他們認為每個人內在都有一隻靈性動物指導著人的靈魂，並認為人類本身亦應該要與動物有更大的關聯。古時他們會通過巫師去找尋心中的動物，目的除了是了解自我，也是令族人更懂得與動物溝通，更尊重動物。在 animal spirit 系統內的靈性動物包羅萬有，可惜有些現已絕種。

這種哲學體現在今天，其實就是要維持我們的個性及靈魂多樣性。須知道在過度城市化的今天，每個城市人的生活模式及想法幾乎都是同一個倒模，完全埋沒了自己的特性，我們其實經已喪失了這種本來就有，懂得與大自然和動物溝通的靈性與能力。

在古代，當人與天地萬物失衡，對印第安民族來說，後果是不堪設想的。



貓頭鷹－在晚間特別活躍，視力特別清晰、代表轉化和能看到事物真相。



狗－強大的保護和服務意識，甚至無條件付出。



鴛鴦－愈是能夠接受我們自己是怎樣的自己，愈能打開我們真正靈性之路，重新拿回我們的幽默感和遊玩之心。



黑豹－能在黑暗中覓食，肆意馳騁，代表覺察黑暗面和愛自由。



鴨子－富生產力，同時象徵愛享樂，即使有一點滑稽也無妨，也表示將一直壓抑的情緒釋放出來。



兔子－生性膽小，生命中不乏恐懼，牠們一直擔心著憂恐的事情發生。



壁虎－處於意見不合的衝突下，立場堅定，當我們一直試著要某人了解或是解決某問題但又行不通時，最好的做法就是壁虎跳牆般把自己抽離當下處境。



蜥蜴－面對劣勢能冷靜下來，等候時機到來才採取行動，通常迅速而有效。


watsons water
屈臣氏蒸餾水
李慧詩
2013世界場地單車錦標賽冠軍
堅持信念
踏破
世界紀錄
6月7-8日
親臨奧海城
立即參與「踏破世界紀錄」盛事，讓你親身見證廿四小時踏單車接力發電踏破世界紀錄！更有「堅持信念」大抽獎，隨時贏取豐富獎品！
「堅持信念」大抽獎
終極獎：
雙人4日3夜台灣單車國度之旅
每週獎：
STRiDA LT特別版
單車連Nutcase頭盔
每日獎：
馬拉松
運動用品店
$600現金券
登入 f 專頁
致電抽獎熱線
2828 0666
登記樽肩編號
(S後的10位數字)
www.watsons-water.com





Psychologically speaking :
why some people don't like animals?

我們人類，以往一直自奉為萬物之靈，動物在今天的地球生存，較幸運的是做寵物，其他很多只能淪為食品或倚仗於人類需要而存在。假如說動物跟人類有著天然互動聯繫，那是怎樣一回事？有心理學家便這樣分析過

- 一般愛護動物的人類擁有同情心和願意照顧他人。
- 不懂表達、自尊心低、有自毀傾向可能就是導致你不愛動物的原因。
- 「小狗不聽話牠就是蠢！」有這樣想法反映出人對細微事情缺乏觀察、理解不到他人所需，不肯承認自己弱點、推卸責任、自卑而鞏固自大心理。
- 至於對動物使用暴力，此人有內向、記恨、自我排擠、鄙視 、驚惶的性格。

那些周而復始要寵物接受一大堆高難度訓練然後獎賞食物，只喜歡寵物向你搖頭擺尾的主人、你養寵物的原因又是甚麼？P

反思絕育

為動物絕育，是一項非常具爭議性的事情，有人不支持絕育計劃，認為動物也應該有生育自主權，但是人類（尤其城市人）有否深思一下，城市不斷發展差不多已等同抹殺野生動物的生存價值，名貴的皮革、fashion week 每季 must have 的真皮包包、高踭鞋用上大量皮革，畜牧業 / 農業 / 經濟發展、馬戲團的動物表演等利益活動，「活著就是痛苦」乃今天動物面對的處境，為其絕育，在過度發展的世界或者是對動物最好的保護！





愛護動物護膚品牌 Lush 剛在其 Charity Pot 計劃中與 Animal Friends 合作，將銷售所得的 100% 金額全撥入 Animal Friends 作為支助本地流浪貓狗絕育和食物銀行服務。香港註冊非牟利慈善團體 Animal Friends 由 Jessa 與幾位朋友組成，教導居民為流浪貓狗絕育、減少無辜生命被人類毀滅的機會率。自開始到現時為止，被漁護處擒獲而人道毀滅的貓狗由每年 7 至 8 千隻減至 3 千多隻。

Lush Charity Pot 詳情可瀏覽：
www.facebook.com/LushHK


特麗仙®
Dalacin T®
Clindamycin Phosphate
你的暗瘡專家
多年驗證 專業可靠
專業醫學證明
深層護理暗瘡
特麗仙®暗瘡系列
3116-01
DALACIN T®
1% CLINDAMYCIN PHOSPHATE, USP
Topical Solution
30 ml
Reg No HK-37045
全新包裝
特麗仙®Dalacin T®專業處方暗瘡護理系列，
久經驗証以科學方法護理暗瘡，安全可靠。
外用暗瘡水
HK-37045
外用啫喱
HK-37199
外用暗瘡乳霜
HK-31425
有效成份Clindamycin[1,2,3]
針對粒粒[1,2,3]
無色、透明
現凡於指定藥房*購買
特麗仙®產品乙件
"並即時交回外盒"
特麗仙®"精美個人護理"套裝乙份，
數量有限送完即止
送
*查詢熱線：2343 3313
References 1) Dalacin T® (Clindamycin) Topical Solution Prescribing Information Pfizer Corporation Hong Kong Limited Version (September 2011) 2) Dalacin T® (Clindamycin) Topical Gel Prescribing Information Pfizer Corporation Hong Kong Limited Version (June 2011) 3) Dalacin T® (Clindamycin) Topical Lotion 1% Prescribing Information Pfizer Corporation Hong Kong Limited Version (June 2012)
各大藥房均有代售
總代理（香港） 定一化學有限公司 電話 (852) 2343 3212 傳真 (852) 2797 8595
DAL14002/C
Pfizer 輝瑞 美國輝瑞科研製藥
www.pfizer.com.hk
香港北角七姊妹郵政信箱60213號
查詢熱線：2811 9711
傳真：2579 0599

神奇蔬果汁



Reboot your body

You are what you eat ！西方人的飲食文化，早已影響我們的生活習慣，近年不少「飲食男女」也成為 Green Monday 一族，由一小步做起，實際綠色生活。有些健康之士更提倡每天空腹喝一杯鮮榨蔬果汁，來補充身體酵素，讓新陳代謝變好，猶如重新啟動健康機能，有助排解堆積多時的毒素與廢物。根據酵素營養學理論，我們可以將一天劃分為「排泄」、「消化」、「吸收」3 個時段，只要好好掌握這生理時鐘，並配合適當的蔬果汁，便能體驗意想不到的自然排毒力量！

TEXT · IVY Q & SORA PHOTO DESIGN · W

身體以攝取自體內的營養或酵素為動力，進行新陳代謝。用餐時，應以容易消化的食物為主，食量亦不要多。



這時段若進食了不易消化的食物，便會妨礙代謝酵素的功能，導致排泄停滯。建議於此階段以富含酵素的鮮榨蔬果汁作早餐，有利排泄。

這是「消化酵素」的活躍期，亦是進食的最佳時間，應多攝取食物酵素。晚餐最好於晚上八時前用膳完畢。

酵素時間表

健康飲食必須注重均衡營養，亦要留意體內酵素的運作時間表，因為每天「消化酵素」和「代謝酵素」的工作時間並不相同。如果我們在非消化酵素工作時間進食，代謝功能將會停滯，長遠影響健康。凌晨 4 時至中午是「代謝酵素」的工作時間，也就是將廢物排出體外的「排泄」時間；「消化酵素」則在中午至晚上 8 時開始工作，成為「營養補充與消化」的黃金時段；晚上 8 時至凌晨 4 時是進行細胞修復的「吸收與代謝」的重點時分。

假若在早上「排泄」時段進食肉類、飯麵等加重消化負擔的食物，排泄功能變得停滯不前，令廢物長期囤積體內，導致便秘不適、肌膚 粗糙等健康問題。所以，早上應吸收到利於消化的大量酵素，例如鮮榨蔬果汁，這樣便不會動用消化酵素，而代謝酵素則更能充分活動，有利排泄。早餐喝蔬果汁還能補充大腦所需的糖分營養素，為上午製造足夠活動能量。



03 Holistic Green juice detox



巨星齊齊飲

Juice detox 熱潮席捲全球，更已蔓延至美國荷里活，不少名模、藝人及歌手，也實行蔬果汁排毒療程來達至天然修身效果。療程期間每天只以蔬果汁代替三餐，由於蔬果汁採用高壓方法鮮榨而成，可將蔬果中的營養及酵素全部保存，飲用後甚至能比蔬果吸收高達 3 至 5 倍的維他命、礦物質及酵素。



新派斷食法

在澳洲，一位患有嚴重肥胖及自身免疫性疾病的企業家Joe Cross，在醫生定期監察和拍攝團隊的陪同下，拍攝了一齣名為 “Fat, Sick & Nearly dead” 的紀錄片，公開自己 60 日喝蔬果汁斷食的親身經歷。全程Joe 只靠 Breville 榨汁機和發電機，並按照80/20 法則（即用 80% 蔬菜和 20% 水果）榨汁來活命。到第 61 日，他已減去 82 磅及可降低藥物劑量，而往後 70 天，他只進食水果、蔬菜、堅果、豆類和種子等食物，他不僅減去百磅體重，蕁麻疹症狀亦完全消失。此外，Joe 在減磅期間把自身的斷食法推介給同樣患上病態肥胖的卡車司機 Phil Staples，令他成功改善健康。

Joe Cross



Joe Cross 曾是一個體重高達 140kgs、要穿超加大牛仔褲的大肥佬，現靠蔬果汁斷食重拾健康體魄。

1. 名模 Rosie Huntington Whiteley
2. 名模 Miranda Kerr
3. 名模 Karolina Kurkova
4. Black Eyed Peas 成員 Fergie
5. 奧斯卡影后 Gwyneth Paltrow

共享健康體驗

「行走是我身體中的計時炸彈，因背著額外超重 45 公斤，以我的健康狀況，我差點就死了。」Joe Cross 憶述醫生告訴他的病況，但這一切已成為過去，他更成為全球肥胖人士的健康榜樣。他於今年 2 月推出了最新著作 “The Reboot with Joe Juice Diet: Lose Weight, Get Healthy and Feel Amazing”，記述他人運用果汁和節制飲食成功減肥的真人真事。而今年 6 月，Joe 更會來港分享斷食心得，藉此鼓勵大家及早關注和改變飲食習慣，培養健康身體。

Joe Cross 個人講座

日期：2014 年 6 月 3 日
時間：下午 7 時至 9 時
地點：金鐘海富中心 1 座 18 樓 1804 室
查詢：2732 8220
報名：Breville HK Facebook



Eat Right

Pick the right food!

近期網上瘋傳的檸檬、西柚、奇異果、咖啡減肥法，全欠奉臨床科研實証，成效存疑！
長期進行這些偏方減肥法或會引致營養失衡，有損健康。

戒吃澱粉質可減肥?

坊間流傳戒吃澱粉質減肥，事實上，澱粉質食物如：麥皮、麵包、飯、粉麵、薯仔等是身體能量的主要來源，戒吃澱粉質會令熱量攝取不足，身體開始燃燒蛋白質來提供熱量，結果令肌肉流失，導致新陳代謝下降，反而令身體變成易胖體質。而不吃飯只吃餸亦可能引致肥胖，因為肉類和魚也含有脂肪及膽固醇，烹調時也會用油，吃得過量對身體無益。所以只要有智慧地把進食份量控制妥當，減肥絕非難事。

不吃早餐可以瘦身?

很多人誤以為不吃早餐可以減肥，事實上，不吃早餐會使你容易在午餐前感到肚餓，因而吃下一些不健康的零食，結果是越吃越肥！其實進食早餐可增加飽肚感，從而減低我們於下一餐進食過量而攝取過多的熱量，有利控制體重。有研究顯示，不吃早餐的人有較大的機會患上肥胖、二型糖尿病及心血管疾病的風險。選擇有蔬菜作餡的三文治做早餐，比傳統的甜包或牛油和果醬多士更健康。



（資料由客戶提供）



註冊營養師Sally教您如何越食越slim迎夏日。

我夠唔夠fit?

要知道自己有否超重，先要量度身高及體重，計算體重指標（Body Mass Index, BMI）。

$$BMI=\frac{體重（公斤）}{身高（米）}$$

亞洲成人的理想BMI為18.5-22.9，如您的BMI是超過22.9屬超重，便可能有需要減肥。

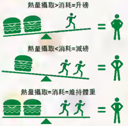
減肥以一星期減一至兩磅為準則，減得太快或會對身體造成損害。減肥期間不應胡亂節食或服用減肥藥，建議找營養師為您度身訂造餐單，確保減得健康又持久。同時，自己應慢慢培養良好的飲食習慣，定時定量，專心進食可令您更清楚自己吃的份量，放慢進食速度亦可讓身體有充分時間接收飽肚的信息，都會有助keep fit。

零食bye bye?

減肥可稱得上是一個數字遊戲，只要您懂計算熱量攝取及消耗，減肥也可適量進食自己喜愛的食物，不用跟所有零食say goodbye！

建議多留意卡路里、脂肪、糖份含量，聰明地作出較健康的選擇，炎炎夏日底下還是能間中滿足吃雪糕或飲凍飲的欲望。相反，有些單調的減肥餐單，只會短暫的減低食慾，很難持久履行。一旦停止跟餐，回復以往大吃大喝的飲食習慣，體重亦會反彈，更有可能超越原有的磅數。

但當然凡事要少成多，密密吃零食還是會致肥！建議先閱讀營養標籤，選擇一些相對較低卡路里的食物，例如：沙律菜、含有蔬菜作餡的三文治等，無論作為零食或間中主餐的代替品，亦是不錯的選擇。



因為每日多吃500千卡，一星期便增加3500千卡，會引致體重上升1磅。以凍飲為例，市面上一杯大裝（480毫升）碎朱古力忌廉凍咖啡大約498千卡，而一支（300毫升）鮮榨橙汁則大約138千卡，如每日飲一次，一星期的熱量攝取差距可高達約2520千卡，由此可見，適當選擇及份量控制對keep fit的重要。

在炎炎夏日，工作繁忙的上班族如想選擇一個方便又清新的午餐，不妨可考慮到便利店選擇以下配搭，再配合運動消耗，便可保持窈窕身材。





04
Lifestyle
design

Wrong for Hay
大師的**平民家具**

成立於 2002 年的丹麥家具品牌 HAY 的設計，可以用「簡約」兩個字來概括。話雖如此，他們設計的東西卻不會令人覺得沉悶乏味。或多或少，這要歸功於品牌擅於配合鮮艷的螢光色調及擅於掌握幾何的美學精神。HAY 一向有跟不少設計大師合作，設計出多種用途廣泛、講究物料和工藝的日常家品，像 Ronan & Erwan Bouroullec、Scholten & Baijings、Louis Campbell 等。不過 HAY 並非以設計師名氣掛帥，反過來，他們提供價廉物美的民生用品，真心希望平民百姓，甚至是學生都能負擔得起他們的產品。

TEXT‧遊雲 PHOTO‧COURTESY OF WRONG FOR HAY（WRONGFORHAY.COM）DESIGN‧BLUE


Bernhard Willhelm 搶眼設計──Curve Chair。


Smiley Quilt 包裹布料設計源自 Bernhard Willhelm 的手筆。


Bertjan Pot 設計的紙製燈飾 Pion Light 像個會發光的雕塑。

Wrong for Hay 整個系列由燈飾到椅子茶几、沙發和桌面裝飾都有，每件設計都經過深思熟慮，不論美感和功能性，兩邊皆討好。



ELEVEN
食light啲，人cute啲！
越light越cute，越cute越like，至like輕食滋味！
多款果汁/三文治/沙律/凍卷任你選擇，
快D嚟7-Eleven食light啲，飲fresh啲！
更多產品資訊、卡路里計算、
着數優惠，快啲入嚟睇！
圖片僅供參考



1



家具新嘗試

品牌早前跟英倫設計師SebastianWrong合作，推出"Wrong for HAY"家具系列，"Wrong"是食字，其實是指SebastianWrong的"Wrong"！SebastianWrong原本從事雕塑設計，直至2005年跟Alasdhair Willis、Mark Holmes、Tamara Caspersz組成Established & Sons，並擔任設計總監一職，代表作Wrong Woods Series那卡通化兼印上七彩線條的木櫃，當年極具話題性。任職8年後，Sebastian去年辭職並自組設計工作室The Wrong Shop，售賣限量的實驗性家具，同時跟HAY合作推出平民版designer furniture。

超物質的美

簡約實用一直是HAY的設計宗旨，SebastianWrong既能把"less is more"設計理念融入家具，亦能貫徹他口中的clean & clear設計原則。由最初構思只推出燈飾，到後來分別邀請了不同設計師、畫家等設計了整個家具系列，每一件東西背後都仿佛承載了傳統craftsmanship文化和製作know-how，隨着工業大量生產和電子科技的出現，工藝亦不再是單純地追求製作技巧，而是提醒人們和物件之間的親密情感。



2

1. 用來放小物的Lens boxes，線條簡潔精緻。
2. Hockney Sofa那種bold colour能為室內營造衝擊性的視覺效果。
3 五角形的Ori salt & pepper瓶子由Anderssen & Voll設計，簡約外形貫徹urban Danish design風格。



3

各師各法

Sebastian會以署名WH設計部分作品，其餘系列則交由in-house設計師負責。整個系列最吸睛是WH的Serve Table，桌几看上跟一般茶几沒有太大的分別，若你細看作品，外圍特別包了一條粗身木邊，刻意營造枱面凹凸不平的視覺效果，再加上茶几四隻腳可以隨意挑選顏色，這些將傳統現代化的作品，源於藝術家從東方工藝傳統中發掘的知性和感性。另外，當今炙手可熱的德籍fashion star Bernhard Willhelm則為品牌設計了Smiley Quilt床罩和為Curve Chair設計包裹布料，天花亂墜的七彩花花pattern與家具配合起來出奇地討好。





米蘭家具小市場

在剛過去的2014年米蘭家具展中，不少品牌均帶來讓人驚喜的設計甚或場地布置，HAY便是其一。他們以Pop-up的"Mini Market"為概念，把位於米蘭Brera一展覽室布置成迷你超市般，展示了今年最新的設計，非常有趣。整齊排列的繽紛衣架、灰色架子上的生活及文具小物或是黃色盒子裡的椅子等，均盡顯品牌魅力。






保利
Pauls
一年365日
品質至可信賴
Pauls... 時刻值得信賴
✓ 100%澳洲牛奶
✓ 卓越品質
✓ 全港No.1*及品牌歷史逾40年
澳洲出產
*資料來源：PAULS WAS RANKED FIRST IN BOTH SALES VALUE (IN HK$) AND SALES VOLUME (IN LITRE) IN THE WHITE MILK SEGMENT FROM APR 2008 TO MAR 2014 IN HK UHT MILK MARKET. (COPYRIGHT © 2014, THE NIELSEN COMPANY)



每個下午，人群聚[illegible]場內。

春意盎然 西維爾

在西班牙安德魯西亞的一個[illegible]瀰漫著橙花的甜甜香氛和燒香的刺鼻味道。在莊嚴的鼓聲襯托下，數以百計戴著尖帽、披著深紫色綢製袍子的群眾拿著一碼長的蠟燭，浩浩蕩蕩地巡行著。燃起蠟燭的作用，是用來照明他們只可通過尖帽上眼部位置的小小裂縫中看到的前面景象。巡遊中有一部花車載著大型聖母像，一名婦人站在插滿天竹葵的露台上引吭高歌，歌聲裊裊不斷地傳送到街道上車水馬龍的人群之中。
這就是西班牙西維爾的復活節周景象了。

TEXT & PHOTO · ROBERT JEROME TRANSLATION · HANAKO DESIGN · W



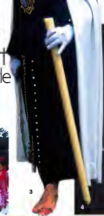
馬車[illegible]浪漫一刻

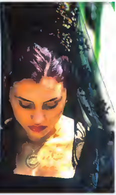

大家樂
CAFÉ DE CORAL
芝味厚切
一哥焗豬扒飯
美國芝士絕配
厚切巴西豬扒
濃郁芝味令焗飯
加倍美味！
Café de Coral 大家樂
大家樂見

1. 塞市的大教堂是「兄弟班」巡遊的終點。
2. 在 Maria Luisa 公園內的白鴿園是小孩子的至愛天地。
3. 有些人愛赤足巡行。
4. 塞市婦女在耶穌受難日穿上黑色的西班牙傳統服飾 mantilla，以紀念基督之死。
5. 在復活節周參加巡行的「兄弟班」穿上的袍子和帽子各有獨特的顏色。
6. 大教堂 Giralda 塔樓是在穆斯林統治年代建成的清真寺宣禮塔。


1


2


3


4




5


6

我曾多次到塞市旅遊，最愛在春季到那兒觀光。理由有二：觀賞復活節周和在復活節完結兩星期後舉辦的四月園遊會。

宗教巡遊

每年，塞市都以同樣的方式慶祝復活節周，至今已有六百多年歷史。復活節前一個星期的每一天，各街坊教堂的組員（西班牙文稱這些小組為 cofradias）都會穿上色彩鮮艷的長袍和戴上尖帽，一起在「懺悔巡遊」巡行，以紀念耶穌基督的死亡。塞市現時共有超過五十組 cofradias，每組的服裝各有獨特的色彩，其中有些組別的人數更逾二千五百人。

所有 cofradia 巡行的目的地是塞市的大教堂。這座教堂非常大，在當今世上規模僅次於羅馬的聖彼得大教堂和倫敦的聖保羅大教堂。大教堂的建築風格糅合著哥德色彩和伊斯蘭味道，這是因為塞市分別於公元 712 年被穆斯林人統治和於 1248 年被西班牙人佔領。位於大教堂東面的是三百呎高的 Giralda 鐘樓，它本來是一個清真寺的宣禮塔，現佔據著塞市的整個天幕線。

復活節周期間，數以千計的旁觀者在大教堂的四周集合。Cofradias 們一邊托著他們的儀式展品，一邊緩緩地走進大教堂內。他們接受祝福後，便將塑像沿途步返附近的教堂。整個行程可以長達超過十二小時之久。有些時候，孤身參與其中的途人在有感於不知如何表達適當的情緒時，便索性唱起歌來。這時候，巡遊便會立即停下來，直至那人演唱完畢。

有些歌手所唱的歌曲是用來獻給童貞瑪利亞的，調子哀傷幽怨，深受北非音樂傳統的影響。有時，參加者會預先作曲，但更多情況是他們發自內心，即興地將心底的感覺唱出來。



傳說中，塞市的黃金塔樓是用來儲存當年西班牙人從新世界搶奪得來的黃金。


IF YOU THINK
FRENCH WINES
ARE GOOD
YOU SHOULD TRY
THE BEER
Kronenbourg 1664
TASTE THE
FRENCH WAY
OF LIFE
Kronenbourg 1664 HK
1664
1664
BLANC



鬥牛勇士的勇氣叫觀眾興奮不已

7 在園遊會內一對夫婦正坐在馬背上。
8 婦人和女孩穿上傳統的費明高服飾參加四月園遊會。
9 在園遊會舉行的首天，鬥牛場內有馬車巡演。

玩樂園遊

復活節後兩星期，塞市的氣氛來個大變化。忽然間，整個城市彷彿只有響板和舞蹈。四月園遊會來了！園遊會位於塞市東南盡頭，會內架起數以百計當地人稱為 casetas 的帳篷，讓遊人在其中吃喝和跳舞。

參加園遊會的遊人都穿上傳統的安德魯西亞服飾。女士們的farales是顏色鮮艷奪目的費明高裙子，男士則戴上大帽子和穿上騎馬裝束 trajes de corto。由於園遊會始自1847年一個馬匹買賣的活動，因此馬匹一直在會中扮演重要的角色。每天下午，遊人或騎在馬上，或坐在佈置精美的馬車內穿越園遊會內的街道。很多時候，他們更會停下來與朋友聊天。

下午，所有人都走到塞市的 La Maestranza 鬥牛場去，欣賞來自西班牙各地的一流鬥牛勇士在園遊會內一較高下。西班牙的皇室成員，政治家和電影明星亦常常在觀望台上出現。每個傍晚，三名鬥士各在兩場比賽中比試。賽事完畢後，所有人都返回園遊會場地通宵達旦地狂歡，直至天亮。

緊貼著莊嚴肅穆的復活節周的竟然是熱情狂喜的四月園遊會，這似乎是一件弔詭的事情。不過，這兩個春季節慶的熱情為塞市帶來獨特的身分。

info

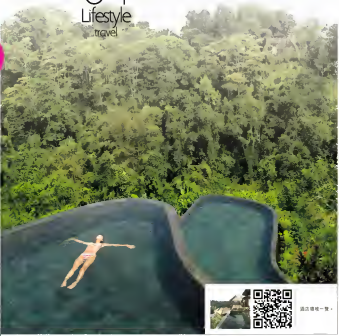
交通： 從香港乘坐英國航空班機前往倫敦，轉機飛往西班牙首都馬德里，再轉機飛往西維爾
簽證： 持 SAR 和 BNO 護照者可獲免簽證
官方旅遊網頁： www.tourspain.org/sevilla
貨幣： 歐元
電壓： 220/240 伏特



嶄新・悉尼
不一樣的體驗
悉尼 4晚自由行套票
・經濟客位來回香港至悉尼機票
・4晚酒店住宿連早餐
・可代訂飛行駕駛體驗、哈雷電單車之旅、極速快艇之旅等多項精彩自選遊
2人同行 QF $5790/位起
悉尼 親親動物 4晚自由行套票
經濟客位來回香港至悉尼機票
3晚酒店住宿連早餐
1晚塔龍加動物園(Taronga Zoo)夜宿活動
2人同行 QF $7690/位起
悉尼 5/7天露營車套票
・經濟客位來回香港至悉尼機票
・5/7天至尊套票露營車租賃連無限里數
銷售日期至5月31日，出發日期至6月28日
6人同行 SQ $5590/位起
專業旅運 自由行
Travel Expert 機票 酒店
SYDNEY
Destination NSW
銷售日期及出發日期至14年6月30日｜以上價格以每位成人佔半房計算並須最少兩位成人同行，價格並未包含相關稅項、燃油附加費及行政費｜廣告內的產品內容及其價格均視乎特定等級或類別的供應情況而定｜基於運作上的因素，我們只能於閣下訂購後方能預留產品｜消費者應注意或未能以廣告內價格購得相關產品｜價格如有更改恕不另行通知｜圖片只供參考｜如對廣告內容有任何意見，歡迎發電郵至advcomment@travelexpert.com.hk
63
全港分行最多
港島區 2501 0136 2525 2540 2116 1331 2834 7787
九龍區 2368 1618 2155 9330
新界區 2628 6700 2664 8922
郵輪專櫃 3188 4538
商務及私人組團 2529 1999
5128 5398
Travel ExpertHKG
online@travelexpert.com.hk
www.travelexpert.com.hk

峇里島秘密花園

ACE HOTEL



酒店環境一覽。

可以於酷熱假期盡情暢泳，拋開拘束，大概是辛勞工作的最好回報。在印尼就有一處秘密花園，讓旅客在舉目皆樹的森林中享受游泳樂趣，體驗當泰山的自由奔放，以現代式服務帶你回到原始世界。

TEXT・MICHELLE PHOTO、網上圖片 DESIGN、W



酒店迎合地形而建，沒有造成過多對環境的傷害。



以纜車作為酒店內的主要交通工具，是人性化的設計。

山野之趣

無數 resorts 坐落於峇里島各沙灘和小島上，但大部分的人工化痕跡卻相當明顯，要尋找未被改造的大自然，就不免要長途跋涉點了。電影 "Eat, Pray, Love" 中兩位女主角 Julia Roberts 和 Javier Bardem 在尋找自我療癒之旅中，所見的如畫景致並非虛構，其實就坐落於離烏布市區 40 分鐘車程的 Hotel Ubud Hanging Gardens。

酒店依山而建，被茂密的古樹和梯田包圍，進出都要依靠雙軌纜車，沒有汽車廢氣，也沒有大動土木的火車軌，體現順應自然的美好。酒店更提供傳統印尼文化的培訓課程，如布染、擊鼓、陶藝及印度傳統舞蹈等。最令人嚮往，是每間房間都設有雙層無邊泳池，高度達至山腰，猶如凌空在空中暢泳，游出池邊，就能近距離觀賞原始叢林和神秘廟宇的風光，遁入世外桃源。

info

交通： 可以搭乘航班直飛到位於庫塔（Kuta）的 NgurahRai 國際機場、另外從新加坡到峇里島亦只需 2.5 小時。烏布鎮中心有免費巴士可送客人到達酒店，行程約 40 分鐘。

周邊景點： Pura Penataran Dalem Segara 古廟、水稻梯田、烏布皇宮、畫宮博物館、內卡博物館等。

官方旅遊網頁： www.hanginggardensubud.com

Bali Arts Festival

每逢6月中至 7月中，峇里島都會舉行藝術節，展示種類繁多的本土文化，包括五花八門的舞蹈、民族音樂及手工藝品製作等，其中藝術節開幕及大巡遊更是不可錯過的壯觀表演，喜慶氣氛遍佈各廟宇，對印尼人來說，是真正草根的活動。


HARBOUR PLAZA Resort City
TIN SHUI WAI · HONG KONG
嘉湖海逸酒店
嘉湖海逸酒店
Harbour Plaza Resort City
來自星星的約定
*首100名登記出席的準新娘，可獲贈LANEIGE禮品包乙份（價值$650）
LANEIGE
每位已登記入場人仕可獲贈
甜心朱古力禮盒
英倫茶包乙個
愛情是只要有炸雞啤酒就可以的，一顆永恆不朽的星星，代表著一段不限時空地域刻骨銘心的愛情，嘉湖海逸酒店於2014年5月25日帶你印證這段來自韓式的約定！
婚宴展將由無線藝人　楊卓娜擔任司儀，屆時將有人氣中韓混血Blogger - Miss Sue Chang分享最新韓流婚宴資訊，模特兒Catwalk婚紗示範，韓式新娘化妝及造型示範，及多項精彩節目。
嘉湖海逸酒店婚宴展2014
日期及時間: 2014年5月25日 (下午2時至5時)
地址: 嘉湖海逸酒店2期宴會廳
登記：www.darizi.com/hprc
查詢：2201 3308 / 2180 1800
* 受有關條款及細則約束，歡迎查詢
至Like特色池畔證婚場地
LANEIGE
DECAFE
HEARTSBRIDGE
CHOCOLAT-IER
Deans Live Music
TOUCH GROUP
TIFFANY FLOWERS

八一〇四 生活盒子

八一〇四，並非簡單四個數字，合起來是中文字「盒」，主理人 Mable 解釋：「生活就像一個盒子，你可以將很多不同的東西放進去。」正如兩位老闆的信念，生活盛載的模式不止一種，在飲食界零經驗的他們，決意透過私房菜帶食客走出生活框框。

TEXT · MICHELLE PHOTO · FRANKY DESIGN · MAVIS



Mable
之前從事教育工作，為夢想遠赴日本及法國學師，回來後與拍檔開設私房菜館，宣揚樂活信念。

王承
因太太是議食之人，為增進廚藝報讀中菜課程，拿手做家常菜，現為八一〇四的合伙人及大廚。





1. 一般餐廳都希望善用空間多放座位，他們卻反行其道，餐廳其中六分一位置都用來擺放本地創作的產品。
2. Mabla 和王承關注食物安全，書架上放滿關於本地農業的書籍，讓食客隨意翻閱。
3. 有顧客自備酒水來品嚐美食，Mabla 和王承都會建議他們將酒瓶放入回收箱，貫徹對環保的追求。


均勻又入味
雞粉點同我比？
史雲生
史雲生
SWANSON
調味雞汁
醃肉炒餸
均勻入味
梅菜蒸豬肉
材料：
史雲生調味雞汁 1½茶匙 蔥粒 少許
半肥瘦免治豬肉 300克 生粉 2茶匙
甜梅菜(洗淨，浸15分鐘及切碎) 80克 水 2湯匙
做法：
1) 免治豬肉用醃料拌勻，攪至有黏性。
2) 下梅菜粒拌勻，鋪於一深碟內，隔水蒸10-12分鐘至熟，撒上蔥粒即成。

細嚼　除食物以外

開業只有數月的八一０四，日間提供輕食，晚上變身私房菜館，但主打的其實是生活態度，Mable 坦言：「食物只是一個引子，想透過一日三餐分享教育元素，我們邀請大家將自己的盒子拆開再重組，發掘生活其他選擇。」這些道理似是虛無，但樂活環保的概念卻切實反映在他們的營運模式中。

餐廳一隅是擺放產品的 concept store，介紹本地農業和公平貿易背後的意念，他們更引入公平棧的有機產品，如蜜糖、果醬、咖啡糖作為材料，讓食客了解永續發展如何實踐。另外，Mable 和王承於周末會在餐廳舉辦工作坊，Mable 舉例：「如手作果醬班，過程會產生不少廚餘，會教學員重用這些食材，製成美味的食物。」Ⓟ

尋覓本地食材

他們還有一個堅持，就是儘量搜羅低碳的本地食材，「食物如果經過太長的運輸過程，會增加環境負擔，品質亦不夠新鮮。」華記豬肉、本地雞隻、錦田有機沙律菜，又有機又本地，Mable：「香港耕作人缺乏支持，但當食物是人基本所需的時候，這地方怎可以沒有農業這一塊？」始終如一的信念，令每個進來八一０四的人，不止飽着肚子離開，而是總有某些想法可以帶走。



葛根花生赤小豆核桃豬腱湯

中醫角度認為夏天濕熱，需要多補充水分，合桃有護心功效，葛根營養價值高，是初夏的養生湯品，材料新鮮豐富，整足一個下午，濃郁清甜。



茶燻雞

選用本地走地雞，脂肪較少，先以慢火將雞放在豉油汁中浸熟，再以蘋果木及荔枝木燻出香氣，隱約滲出龍井清香，全無油膩感，嫩滑滋味。



蝦乾銀魚乾茄瓜

三樣材料簡單帶出海鮮味，蝦乾魚乾都相當大隻有口感，與軟綿的茄子匹配，天然調味的配搭渾然天成。



海鹽焦糖核桃朱古力慕絲蛋糕

Mable 曾到東京的藍帶國際學院學師半年，對法式甜品頗有研究，這款由她製作的蛋糕以蛋白蛋糕、海鹽焦糖合桃相間，中間加入一層冧酒慕絲，中和整體的甜味，鋪面的朱古力慕絲香滑之餘，亦增加層次感。



黑椒豬手

豬手是華記豬肉的出品，先用油將表皮炸過，鎖住肉汁，再慢煮個多小時，外脆內軟，肉質鬆軟，在口中化開，尤其醬汁調配得宜，黑椒味道突出，令豬手更香口美味。

私房菜

價錢： $250 一位（最少六位）
查詢： 3460 4111
地址： 觀塘成業街 19-21 號成業工業大廈 1 樓 04 室

text Mann@UM photo | LamLam art | Go 資料由客戶提供

史雲生 × Kit Mak 家常菜教室



15分鐘醃出入味金沙骨

黑椒金沙骨



材料：

一字排（切件）	700克
蒜茸	2茶匙
黑椒碎	2茶匙
紅椒碎	1隻
紹興酒	1湯匙

醃料：

史雲生調味雞汁	3茶匙
糖	2茶匙
生粉	2茶匙
醋	1茶匙



做法：

01. 一字排洗淨抹乾，加入醃料拌勻，醃15分鐘。
02. 燒熱油，以中火將排骨煎熟，其間灑少許紹酒，加蓋焗熟。
03. 另燒熱少許油，將蒜茸、黑椒碎及紅椒碎爆香，落一字排兜炒，上碟即可。





Kit Mak 小Tips

想縮短醃肉的時間，可選用史雲生調味雞汁，其水狀質地更容易滲入肉內，令肉類更快入味，省時之餘，亦能鎖住肉汁，提升鮮味，炒餸時，雞汁能均勻分佈於餸菜之上，並有提鮮及去除草青味的作用。無論醃肉炒餸，史雲生調味雞汁都令菜式更加出色！



國際寵物及水族用品展

International Pet & Aquarium Supplies Expo 2014

澳門威尼斯人® 金光會展™ A館
Hall A, The Venetian Macao® CotaiExpo™

6-8・6・2014
6月6-7日 11:00－19:00
6月8日 11:00－17:00

免費泊車於B館
免費入場
現場贈送禮品

節目豐富，萬勿錯過！
歡迎帶同愛寵一同參加！

精彩節目包括：
- 與香港先生翟威廉合照、玩遊戲
- 寵兒小學堂
- 「吾家有寵」Facebook相片上載比賽
- 「最可愛寵兒大獎」、「最服從大獎」…各式各樣比賽
- 狗狗染毛示範
- 寵物按摩示範
- 寵物美容示範
- 免費拍照館
- 特設寵物領養區等

香港先生翟威廉

特別鳴謝

www.pet-exhibition.com
www.facebook.com/PetAndAqua
petexpo

主辦：
海岸國際展覽有限公司
電話：2827 6766
訊通展覽公司
電話：2763 9011

68

04
Lifestyle
gadget



挑燈夜聽

蘇軾〈讀孟郊詩〉有云 [illegible]「夜讀孟郊詩，細字如牛毛；寒燈照昏花，佳處時一遭 [illegible]」可見古時挑燈夜讀燈光不足字體太小很易老花。如果蘇軾能夠擁有這個 PLAYBULB，除了肯定光線充足，還可以聽音樂，眼睛不會出問題耳朵又享受，肯定會喝采說一句："So Great [illegible]

TEXT・RINGO PHOTO・FRANKY DESIGN・MAVIS

閨房一物三用

PLAYBULB 是一款全新的藍牙智慧 LED 音箱燈，除了燈膽之外還內置一個 3W 的揚聲器，透過藍牙 4.0 將手機跟燈膽連接，便可以播放手機中的音樂，當然也可以用你的 tablet 做到相同效果。音箱燈還有另一功能，就是可以作為鬧鐘，因此 PLAYBULB 最適合安裝在睡房中，臨睡前用它一邊聽著歌一邊在微黃的燈光下看著書，然後昏昏入睡，第二朝再於悠揚樂曲下醒來，心情倍感暢快。

Info.

應用燈座型號：E26 / E27 燈座
LED 功率：3W
音箱功率：3W RMS
應用：具有 LED 燈控、EQ 選擇、運行模式等附加功能，該應用可從 iTunes 和 Playstore 下載
支援應用的設備：iPhone 4S, iPhone 5, iPhone 5C, iPhone 5S, iPod (5th generation), iPad (4th generation), iPad Air, iPad mini, 安卓 4.3 及更高版本的設備





IN SEARCH OF INCREDIBLE
intel inside
ASUS Fonepad 7 LTE
16GB版本
建議零售價$2,798
ASUS Fonepad 7 LTE with Intel Inside®
FONEPAD IS CALLING.
7吋平板電腦 配上4G手機功能
CPU
高效能處理器
4G LTE
無間斷通話
4G 流量網絡
最極緻音效
SonicMaster
雙攝錄鏡頭
500 像素光圈鏡頭
ASUS Hong Kong
即上 Facebook 讚好
「ASUS Hong Kong」專頁
ASUS (香港)查詢電話 : 3582 4738 ASUS (香港)官方網站 . hk.asus.com
Fortress 2555 5788 Suning 2783 2999 Wilson 8202 8699 PCCW-HKT 2888 1888
Wise 2398 2626 Super Dragon 2369 3019 Cosmic 2720 1177 DCone 2904 7228



積金局已編製宣傳單張及海報，並陸續寄發給全港僱主。僱主可在辦事處的顯眼位置張貼海報，讓僱員多加留意。

強積金供款上限
6 月起上調

現時，用作計算強積金供款的最高有關入息水平為 $25,000。由今年 6 月 1 日起，最高有關入息水平將由現時每月 $25,000 提升至 $30,000。月入超過 $25,000 的「高薪一族」會受影響，他們的強積金供款額將要提升，增至最多每月 $1,500 ($30,000 x 5%)。相關僱主為這批僱員所作的強積金供款亦須同時提高至最多每月 $1,500。

同樣，月入超過 $25,000 的自僱人士，他們的強積金供款也須增至最多 $1,500。

TEXT · 積金局 PHOTO · 網上圖片 DESIGN · BLUE



提醒你

作為僱主：

謹記在6月1日或其後開始的供款期，按新的最高有關入息水平計算供款額。如你一向用電腦軟件計算供款，須確保於新水平生效前完成更新相關程式或系統。

作為僱員：

最高有關入息水平調整後，可致電「供款一線通」183 3030，轉駁至受託人的電話服務，查核僱主有否依時為你作出正確供款。

作為自僱人士：

受託人會為你作出有關的供款安排。如對供款安排有任何查詢，或須向受託人申報有關入息資料，可聯絡所屬受託人。

積金局
熱線：2918 0102
傳真：2259 8806
網址：www.mpfa.org.hk

不同人士上調供款數目一覽

	2014 年 6 月 1 日以前開始的供款期	2014 年 6 月 1 日或其後開始的供款期	
	最高有關入息水平	最高有關入息水平	最高強制性供款額
每月支薪的僱員	每月 25,000 元	每月 30,000 元	每月 1,500 元
自僱人士	每月 25,000 元或每年 300,000 元	每月 30,000 元或每年 360,000 元	每月 1,500 元或每年 18,000 元
行業計劃的臨時僱員 *	每日 830 元	每日 1,000 元	每日 50 元

* 「臨時僱員」是指從事建造業或飲食業，並由僱主按日僱用或僱用期少於 60 日的僱員。

資料由客戶提供



教你尋找世界優質名茶！

一杯好茶，能解渴消滯，更有助舒解壓力，品味愜意人生！不過，要品嚐一杯優質名茶，事前的準備工夫還是要做到足；素聞中國十大名茶珍貴非凡，尤其當中的黃山毛峰茶更是獨具風韻，深受中外人士推崇。就讓我們簡單講解一下如何挑選好茶，好讓一眾茶迷能輕易投入芳香回甘的醇茶世界吧！

細說

「中國十大名茶—黃山毛峰茶」

產地：產於安徽黃山一帶，那裡山高林密，日照短、雲霧多，茶樹得雲霧滋潤，無寒暑侵襲，蘊成天然的香氣。

特徵：一芽一葉，狀如雀舌披銀毫，湯色清澈帶杏黃，清香四溢、鮮醇回甘，堪稱茶中仙子。

益處：具促進新陳代謝及血液循環功效，多喝有助消化、消脂、寧神、消除疲勞和預防疾病。



優質名茶新選擇

品茗好茶需知

茶色：一般人總認為茶湯色澤愈濃愈好，但黃山毛峰茶的湯色卻是清澈帶杏黃，可見茶之好壞，不是單純從茶色判斷。

茶味：作為品質純正的綠茶，黃山毛峰茶帶有清新及自然回甘的茶味，而不是濃郁搶喉的味道。

何處尋：坊間的超市可買到的Lipton®茶包，它正嚴選了新鮮整片原葉的黃山茶葉，並具備了上述的靚茶要訣—茶色清澈、鮮醇回甘。從此，無需要是泡茶專家，都能隨時隨地品嚐到世界級名茶。



源自1890年的Lipton®，為世界第一的茶品牌。升級版的中國茶系列—綠茶及茉莉花茶包，定能讓你一試難忘！



求生策略

陷入財困猶如跌進茫茫大海，載浮載沉時，私人貸款或是一個救生圈，助人度過燃眉之急。
然而，香港的私人貸款產品層出不窮，有些以特快批核作賣點，有些則以低息、迎新禮物等作招徠，
究竟哪個救生圈才能助你游回岸邊，不致愈漂愈遠？正所謂貨比三家，
今次介紹的金融產品比較平台能快速比較坊間的私人貸款產品，令人一目了然。
平台創辦人及其團隊會分析申請策略，助大家覓得應急錢之餘，也可節省利息等成本。

TEXT • KIT & SORA PHOTO • WAI & 網上圖片 DESIGN • CARMAN

TIPS 1

比較貸款產品

當大家需要應急資金時，往往忽略客觀的分析。於 2013 年成立的 MoneyHero 是本地少見的金融產品比較平台，提供網上版本及面談服務。MoneyHero 營運總監 Alister Musgrave 表示：「香港有很多私人貸款產品，但大家對產品的認識不多，坊間亦欠缺客觀資訊，成立金融產品比較平台就是希望能夠幫助用家了解及對比不同私人貸款產品，然後才自行選擇。我們不會向客人建議個別產品，以保持中立。」



Alister Musgrave
營運總監

TIPS 2

審視貸款需要

申請私人貸款的原因離不開營商周轉、清卡數、支付稅務等，但 MoneyHero 副總監 Lawrence Chau 建議，借貸者宜留意每月總還款額不應多於每月總收入的 30% 至 50%。「借貸者宜只借用真正需要的金額，如為了營商周轉，貸款金額可以佔月入較多，例如 50%，相反，為了消費購物，不宜借用太多貸款，如為了清卡數，則借用信用卡欠款的總金額，高於該金額只會改變借貸目的，同時增加了不必要的貸款。」



Lawrence Chau
副總監

恒生銀行
HANG SENG BANK

左計右計 低息最實際
恒生私人分期貸款
幫你至用心

24小時
2812 8000
專人接聽，請即申請！



連續9年獲客戶評價全港最佳服務的恒生銀行*帶給你恒生私人分期貸款

- 於2014年6月13日或之前成功申請，可享每月平息低至0.15%[1]，兼豁免全期手續費[1]
- 特快批核，即日現金到手[2]，歡迎各行業人士申請

貸款額(HK$)	每月平息	每月還款額 — 以每萬元港幣貸款計 (實際年利率)[3]		
		12個月	36個月	60個月
$15,000 - $49,999	0.38%	$871.40 (8.64%)	$315.80 (8.86%)	$204.70 (8.73%)
$50,000 - $199,999	0.31%	$864.40 (7.01%)	$308.80 (7.23%)	$197.70 (7.15%)
$200,000 - $499,999	0.24%	$857.40 (5.40%)	$301.80 (5.60%)	$190.70 (5.56%)
$500,000 - $699,999	0.17%	$850.40 (3.81%)	$294.80 (3.97%)	$183.70 (3.96%)
$700,000或以上	0.15%	$848.40 (3.36%)	$292.80 (3.50%)	$181.70 (3.50%)

•上述所列之息率及豁免全期手續費優惠只適用於指定之貸款額及僅供參考，最終獲批核之息率及須繳付之手續費將視乎貸款額及信貸審批結果而有所調整。有關每月還款額及實際年利率之計算已包括全期獲豁免的手續費，而每月還款額將進至毫位計算。每月還款金額中本金及利息之比例按「78法則」之方程式計算。

hang seng loan 搜尋

瀏覽hangseng.com/loan　下載恒生流動應用程式　24小時申請快線2812 8000

滙豐集團成員

*根據Oracle Added Value 2005 - 2013年度銀行服務調查報告，比較現時使用香港八間主要銀行的個人客戶。

條款及細則：(1) 以貸款額HK$700,000或以上，每月平息0.15%及還款期12個月計算，實際年利率為3.36%，並已包括全期獲豁免的手續費，即每HK$10,000貸款之每月利息為HK$15(HK$10,000 x 0.15% = HK$15)。此息率及豁免全期手續費優惠只適用於個別情況，而最終獲批核之息率及客戶最終須繳付之手續費將視乎貸款額及信貸審批結果而有所調整。(2) 即日現金到手只適用於透過24小時申請快線、親身到恒生銀行有限公司(「恒生」)分行或透過網上申請分期貸款之客戶。申請時，客戶亦需具備指定之恒生還款戶口。一般情況下，若恒生於星期一至五中午12:00前收齊一切所需文件，客戶可獲即日批核及提取貸款，惟實際所需時間需視乎當時之實際情況而可能有所調整。星期六、日及公眾假期收到之申請，審批將於下一個工作天處理。(3) 有關每月還款額及實際年利率之計算已包括全期獲豁免的手續費。若客戶之貸款申請未能符合信貸評分審批要求，恒生仍會按個別情況批核貸款予客戶，惟息率及手續費可能有所調整。有關詳情，請向恒生職員查詢。貸款獲正式批核後，恒生會通知客戶有關調整後之息率及手續費。若客戶接納該貸款，恒生將按一般程序將貸款存入客戶之銀行戶口。

註：• 優惠期由2014年4月12日至6月13日 • 所有實際年利率乃依據銀行營運守則所設定之淨現值計算方法計算 • 上述優惠只適用於恒生「易得錢」私人分期貸款(但不適用於循環提用計劃) • 恒生保留隨時終止或不時更改有關優惠之權利及批核貸款之最終決定權，或不時修訂有關條款及細則。如有任何爭議，恒生保留最終決定權。有關貸款及優惠之詳情、利率、手續費、實際年利率、條款及細則，請向恒生職員查詢或參閱宣傳單張。



TIPS 3
建立及保持你的信用評級

恰當使用信用卡，是建立自己良好信貸紀錄的第一步。由於申請大額貸款時，例如樓宇按揭或私人貸款等，需根據過往的信貸紀錄作審批，因此空白的信貸紀錄可能會被審批為高風險客戶。銀行在審批貸款時會留意個人的信貸紀錄，因此切勿過期還款或只還最低還款額，否則會導致個人信用評級有負面影響。建議善用銀行提供的電子帳單及自動轉帳服務來確保準時還款，以保持良好的信貸紀錄。

TIPS 4
留意手續費及低息優惠

市面的貸款產品經常以低息優惠及免手續費吸引顧客，但 MoneyHero 產品經理 Peter Peng 提醒，當中有很多不明顯的條款。

- **低息優惠**：通常要借用指定貸款額，才會獲得宣傳品所指的低息優惠；另外，銀行會因應信貸紀錄訂出息口，如信貸紀錄欠佳，例如拖欠卡數，未必會獲得最低息的優惠。
- **手續費**：或稱年費，保險費，逐月收取，通常為貸款額的 1%。豁免手續費的產品會較「著數」，儘管息口會較高，例如借用 $10 萬，手續費約為 $1,000，如免手續費，每個月便可節省 $1,000 支出。但要留意通常要在推廣期內申貸款才可以免手續費。



Peter Peng
產品經理

Case 1



Ann Ding
27 歲
繪本插畫師

Steven Au
29 歲
音樂創作人

Steven 及 Ann 正籌備在海外舉行婚禮，儘管二人並非高薪厚職，但為了在心儀的國家揭開人生新一頁，Ann 表示「我一向崇尚大自然，我筆下的主角亦以花草樹木及動物為主，Bali 正是我夢寐以求的婚禮地點。我和 Steven 預計需要多花 5 年儲蓄，才達到 30 萬海外結婚的預算。」
Steven 續說「我一直渴望於 Ann 三十歲前結束愛情長跑，無奈資金不足，而低息私人貸款正好助我們提早實現夢想，儘管我們工作收入不太穩定，但較低的利率，加上還款期長達 60 個月，讓我們婚後不會因債務而影響生活質素。」

費用預算：
（共約 30 萬）
20 位賓客（包括一對新人）機票及住宿 $180,000
專享煙花慶祝（全長 2 分鐘）$15,000
現場樂隊伴奏 $3,000

其他：
教堂（連裝飾，佈置，招待），海邊燒烤婚宴，註冊攝錄，婚紗 $100,000

恒生銀行
「易得錢」私人分期貸款

- 即日起至 2014 年 6 月 13 日成功申請，可享每月平息低至 0.15%，兼豁免全期手續費。
- 貸款額高達月薪 8 倍或 $80 萬，還款期長達 60 個月。
- 只需 1 個月薪金證明，即可申請貸款。
- 特快批核，早上申請並獲批核，下午即可提取現金。
- 還款期內，可循環提用已償還之貸款金額，無須再次提供薪金證明。

查詢：2812 8000
網址：hangseng.com/loan

大眾銀行
結餘轉戶私人貸款計劃

- 集中處理高息卡數或所有債務，節省額外利息支出超過 87%。
- 貸款額高達月薪 20 倍或 $80 萬。
- 還款期長達 60 個月。
- 實際年利率低至 8.29%，每月平息低至 0.31%。
- 貸款額 $30 萬以下之申請人，最低月薪為 $6,000，而貸款額 $30 萬或以上之申請人，最低月薪須為 $15,000。

查詢：2480 8888
網址：www.publicbank.com.hk

大新銀行
清卡數「快應錢」

- 貸款額高達 $100 萬，還款期長達 72 個月。
- 集中處理高息卡數，可節省額外利息支出高達 93%。
- 即日起至 2014 年 6 月 30 日，即可享實際年利率低至 2.08%，每月平息低至 0.011%。
- 成功申請並於 2014 年 7 月 31 日或以前提取清卡數「快應錢」的客戶，可享高達 $1 萬現金回贈。
- 成功網上申請，可享 $100 現金獎賞，每次客戶只可享優惠一次。

查詢：2828 8111
網址：www.dahsing.com

大新銀行
DAH SING BANK

「快應錢」私人貸款



大新「快應錢」挑戰貸款之最，爽快為您提供以下優惠：

- 貸款額高達 **HK$1,200,000**[4]
- 實際年利率低至 **2.08%**[3]
- 成功申請 送你現金回贈高達 **HK$10,000**[2]

爽快申請 2828 8111　手機短訊申請*：6828 8222

1 推廣期由即日起至2014年6月30日（「推廣期」）。2 推廣期內成功申請並於2014年7月31日或以前提取分期「快應錢」或清卡數「快應錢」之客戶可按貸款額及還款期享高達HK$10,000現金回贈。3 實際年利率2.08%乃假設客戶成功申請並提取**清卡數「快應錢」**並符合**「特選客戶」**之定義（包括公務員、專業人士等），貸款額為HK$1,000,000，還款期為72個月，每月平息為0.011%，包括每年1.1%手續費及HK$10,000現金回贈之實際年利率為2.08%，以60個月還款期計算，包括HK$2,000現金回贈之實際年利率為2.34%（假設大新銀行（「本行」）於客戶提取貸款後第4個月存入現金回贈）。假設客戶成功申請並提取**分期「快應錢」**並符合**「特選客戶」**之定義（包括本行「易出糧」客戶、「VIP銀行服務」客戶、按揭客戶、公務員、專業人士等），貸款額為HK$1,000,000，還款期為12個月，每月平息為0.11%，包括HK$2,000現金回贈之實際年利率為2.08%，以36個月還款期計算之實際年利率為2.43%（假設本行於客戶提取貸款後第4個月存入現金回贈）。實際年利率乃根據銀行營運守則之指引計算，並已被約至小數後兩個位。適用於個別客戶之實際年利率或有差異。4 有關利率、貸款額、還款期、現金回贈、清卡數「快應錢」之「特選客戶」定義、分期「快應錢」之「特選客戶」定義、網上申請優惠及其他優惠之詳情及條款，請參閱有關宣傳單張或向客戶服務主任查詢。5 適用於大新「快應錢」之服務收費，請參閱本行網頁www.dahsing.com或於本行各分行索取本行最新之「服務收費」。6 大新「快應錢」借貸人須受大新銀行私人貸款章則及條款約束，請參閱本行網頁www.dahsing.com。7 本行保留隨時終止或更改以上優惠及條款及細則之權利，而無須另行通知。如有任何爭議，本行保留最終決定權。

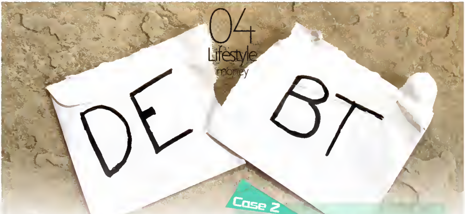
* 請按序輸入(1)姓名、(2)貸款額及(3)還款期，例如：林小文、50000、24。本行將於確認收妥短訊後的下一個工作天安排專人致電發送短訊之手機號碼與客戶跟進申請。個別電訊網絡供應商將收取發送手機短訊之費用，收費金額將按電訊網絡供應商而定。

網上申請可享額外現金獎賞及參加大抽獎[4]

www.dahsing.com/loan

爽快為你

|大新銀行有限公司|



循環貸款

循環貸款與信用卡的運作相似，銀行評估貸款人的申請資格後，會批出一筆信貸額，可作無限次循環使用，每次還款後信貸額會自動回升，靈活度高。一般可以在自動櫃員機、銀行櫃枱及以支票提取貸款。審批要求方面，入息及年齡限制都較低。值得留意是，利息按日、以複利息計算，每次提取貸款，約有 1% 至 3% 的手續費，由於沒有固定還款期，要求貸款人有較高的自制能力。

- 按日計息，實際年利率 10% 至 30%
- 提前還款沒有罰息
- 適合對象，小商戶（例如 網上商店）、短期需要現金周轉的人

分期私人貸款 / 清卡數貸款

- **按月計息**：實際年利率 2% 至 5%
- **有指定還款期**：例如 6 個月、12 個月、24 個月
- **適合對象**：清卡數、需要較長還款期的人

雖然分期私人貸款、清卡數貸款名稱不同，但其實是同一款產品，名稱不一只是宣傳策略以針對目標客戶。申請條件較嚴格，有年薪及信用評級要求，並有指定還款期。對於欠下大量卡數的人士而言，貸款確有助節省利息，因為信用卡的簽帳實際年利率約為 34%，以複利息計算，卡數會愈滾愈大，如運用分期貸款，有機會慳息達 90%。

Case 2



Rebecca Lam
25 歲
網上商店主理人

韓風襲港，令香港不少年青人看準商機，發展自己的創業夢，25 歲的 Rebecca 運用網上平台開創自己的店舖，以售賣韓國服飾及化妝品為主，在實踐夢想的同時，亦遇上困難。「大學時已開設網店，當時只是小規模生意，資金上仍能夠輕鬆應付。畢業後，開始全職經營網上商店，規模愈來愈大，資金周轉方面的確遇上問題。」

「以為私人貸款的利息較低，但在申請貸款時，才發現循環貸款更具彈性，只需申請一次，便可無限次使用獲批的信貸額，適合我這種經常需要短期資金周轉，但又怕繁複程序的申請人，更可於自動櫃員機或支票提取現金。」

Case 3

剛投身社會工作兩年的 Derek 表示：「大學時期已擁有 5 張信用卡，但缺乏正確的理財觀念，每次只還最低還款額，令我剛畢業已處於債務纏身的情況。」

「背負著 10 萬元卡數，幸好家人及朋友鼓勵我勇於面對，並為我提供不少解決方法，詳細了解後才知道信用卡的利息較市面上的私人貸款利息高，不少銀行提供清卡數的計劃，讓消費者能夠以低利息及較長還款期清理信用卡債務，汲取這次經驗後，我明白到正確理財態度的重要性！」



Derek Tong
26 歲
銷售及營業部主任

中信銀行國際
Dollar$mart 分期貸款

- 實際年利率低至 2.88%，每月平息低至 0.045%。
- 貸款額高達月薪 12 倍或$120萬。
- 還款期長達 84 個月。
- 可轉為申請循環貸款。

查詢：2287 6788
網址：www.cncbinternational.com

花旗銀行
特快現金

- 實際年利率低至 2.61%，還款期長達 60 個月。
- 貸款額高達月薪 12 倍或$200萬。
- 特選客戶手續費全免。
- 即日起至 2014 年 6 月 30 日成功網上申請，即可獲 $600 超市現金券。

查詢：2962 7077
網址：www.citibank.com.hk

CG 領達財務
現金貸款

- 可關注 WeChat ID：creditgainhk 後，透過 WeChat 申請貸款。
- 貸款額高達月薪 20 倍或$100萬。
- 還款期長達 72 個月。
- 即日起至 2014 年 5 月 31 日經 WeChat 傳送 CG 金幣給朋友，每星期傳送人數最多者可獲贈 $50 超市禮券。

查詢：2916 9088
網址：www.creditgain.com.hk

渣打銀行
「分期貸款」結餘轉戶計劃

- 實際年利率低至 6.7%，每月平息低至 0.16%。
- 貸款額高達月薪 18 倍或$120萬。
- 即日起至 2014 年 7 月 31 日成功網上申請，可獲高達 $2,888 現金回贈。

查詢：2282 3800
網址：sc.com/hk/loan

大眾銀行(香港)
PUBLIC BANK (HONG KONG)



大眾銀行(香港)為配合您的不同需要，提供多種私人貸款，利率特惠；特設結餘轉戶計劃，幫您清走高息卡數煩惱，讓您擁有充裕資金，輕鬆實現各種夢想。

每月平息低至	貸款額高達	還款期長達
0.11%[1]	HK$800,000[2]	60個月[2]

註：1.實際年利率乃依照銀行業守則所訂之有關指引計算，當中已包括按每年0.5%之手續費(只適用於特選客戶)。此手續費會於批出貸款額中扣除。一般客戶之手續費為每年1%。實際年利率3.41%乃以每月平息0.11%(只適用於低息私人貸款計劃)、貸款額HK$800,000、12個月還款期及每年0.5%之手續費計算。 2.上述低息私人貸款計劃之貸款額高達HK$800,000或月薪12倍(以較低者為準)及還款期長達48個月，結餘轉戶計劃之貸款額高達HK$800,000或月薪20倍(以較低者為準)及還款期長達60個月。 3.上述優惠只適用於符合有關申請要求之人士，並須受有關之條款及細則約束。客戶獲批核之貸款額、每月平息及每月還款額將視乎其信貸狀況及大眾銀行(香港)有限公司(「本行」)之信貸審批結果而定。有關詳情，實際年利率、條款及細則請向本行職員查詢。本行保留權利隨時終止或不時修改上述所列之所有優惠，及不時修訂有關條款及細則而毋須另行通知。如有任何爭議，本行保留最終決定權。

香港區				九龍區				新界區				中國深圳	
中區總行	2541 9222	石塘咀分行	2546 2055	旺角分行	2391 8393	黃大仙分行	2328 7332	葵涌分行	2480 0002	屯門分行	2440 1298	深圳分行	(755)2518 2822
中區分行	2147 2140	香港仔分行	2871 0928	油麻地分行	2381 1876	太子分行	2397 3830	荃灣分行	2490 4161	西貢分行	2792 8588	福田支行	(755)8280 0026
西區分行	2858 2220	筲箕灣分行	2884 3993	九龍城分行	2382 0147	長沙灣分行	2786 9658	元朗分行	2476 4265	將軍澳分行	2701 7688	蛇口支行	(755)8627 1388
灣仔商業貸款中心	2891 4171	鰂魚涌分行	2856 3880	紅磡分行	2363 9213	土瓜灣分行	2362 0238	粉嶺分行	2668 1559	沙田分行	2601 6308		
銅鑼灣分行	2572 2363			觀塘分行	2389 9116	大角咀分行	2392 1538	大埔分行	2657 2861				
北角分行	2568 5141			新蒲崗分行	2326 8316	尖沙咀分行	2721 1218	上水分行	2639 0307				

私人貸款中心
申請專線
2480 8888

www.publicbank.com.hk



FASHOIN RENOVATION

今年開始，靠污染和 fast fashion 推動的潮流速度開始減慢，這源於所有潮流迫在同一時間催谷，最終弄至潮流飽和。不過有一點極為明顯，瘋狂的卡通印花、幽默的宗教二次創作衣飾，紛紛讓平民走進本來身分就沒有高低之分的時裝世界。時尚人要突圍而出，思維不能再保守，有時癲喪和 have fun 才是 fashion 的真正主旨。另一個較高層次的大轉變，就是 think practical and ethical。以往實用服飾都被時尚人冷落，不過到了此刻，outdoor clothing 和運動服對環保意識日益注重，許多高檔品牌都絞盡腦汁推動新環保科技物資，也加強了設計玩味，展現未來 fashion 世界的吸引力法則。

TEXT · POLO DESIGN · MAVIS




MERRELL
SELECT
TECHNOLOGIES
速乾.抗菌.抗滑.
OUT. WATER.
The Hurricane water shoe—Paddle hard and feel the flow with hyper-ventilation and solid footing, wet or dry. Dive in at merrell.com.
排水速乾
抓地抗滑
抗菌減臭
Available at
MARATHON SPORTS
GigaSports
運動家 SPORTSHOUSE
允記集團 WAN KEE GROUP
戶外城 outdoor depot
Particular styles are only available at selected shops



Outdoor Green Chic

革新者，是每個大時代轉變的關鍵。英國設計界中，Christopher Raeburn 可算是近年深深打動時裝人的革新者。昂藏 7 呎的 Raeburn 對設計有著非典型時裝設計的念頭，單憑在 London's Royal College of Art 的畢業作品 — 循環再用軍裝布，已引來許多時裝品牌的高層注目。Raeburn 就這樣成為瑞士品牌 Victorinox 的藝術創作總監。

Outdoor wear 向來不被時裝人重視，不過四年前當 Raeburn 入主 Victorinox，品牌焦點由生產軍刀變成潮人的 active wear。去年 Victorinox 推出的 festival collection 更被時裝雜誌 "Vogue" 大篇幅報導，當中以英國 vintage 軍裝布製成的防水褸和帳篷，深得當地的派對動物非常喜愛，由 vintage 布料製成的單品能減低派對人丟棄衫褲、帳篷的數量，從此引起時尚人注目。

m：metropop **R**：Raeburn

m：甚麼使你和 Victorinox 合作？

R：我知道 Victorinox 的生產模式一直著重環保細節，如能源、物料、包裝都考慮到可循環生態，我覺得大家理念一拍即合。

m：現時歐洲人怎看環保時尚？

R：大部分人都很接受，不過還需要很大力度宣揚，而 eco friendly 的衣服設計也要 fashionable，才能使環保時尚持續發展。

m：在潮濕的香港，怎樣打扮才合適？

R：高密度的防水棉質外套或 recycle 的 PET 外套，可隨時抵擋雨水和季候風，當然外套挺身是很重要的。而內裡可穿天然布料如棉、麻、絲質製成的衣服，透氣又不造成敏感。



Victorinox capsule collection by Christopher Raeburn
2014 年出品、可說是全天候的「一日四季」系列、特別適合現時溫差大又潮濕的香港。



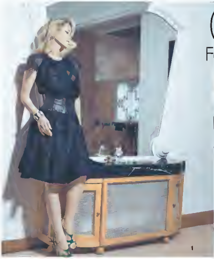
Victorinox festival collection by Christopher Raeburn

Christopher Raeburn
自小喜愛戶外活動和藝術，曾在 London College of Art 及 Middlesex University 修讀藝術認識了對循環生態非常關注的設計導師後，使他大開眼界，並找到自己的設計師使命，畢業後曾與 Nike、Dr.Martens、Harvey Nichols 及 Victorinox 等合作。





POWER. CLARITY. COMFORT.
ATTENTION
ENJOY MUSIC WITH SOUL HEADPHONES !
從此 全面操控就是這般簡單
即日起至2014年5月31日，顧客凡購買以下SOUL指定頭戴式耳機型號(任何顏色)
即可獲贈S-CABLE SAMSUNG耳機專用線乙條 (價值：$228)
更多產品資訊，請瀏覽
WWW.SOULELECTRONICS.COM
SL300
全新
優惠價
$2199
SL150
全新
優惠價
$1499
LOOP
VOLT
JET
COMBAT+
送
S-CABLE
(備有黑或白色以供選擇)
禮品數量有限，送完即止。
SOUL ELECTRONICS ASIA PACIFIC
SOUL
銷售點：
COSMIC
STUDIO A
及其他指定銷售點
總代理
DCH digi
查詢熱線：2262 1173











Photos by
www.pinckers.com

Explore Your Bad Taste!

比利時的 Brussels 是時尚勝地，那裡不論是比利時皇后以至設計師都聽過造型師 Linda Van Waesberge 的名字。但她的時尚之道、原來源自擁抱內心的 bad taste。

2013-2014 期間她先後來港兩次，目的為了將 Brussels fashion 及 styling 的真正意義帶到本地，她除舉辦 Dress Code 展覽，亦給 IVE 修讀時裝造型的學生帶來全新的 styling 體驗。八十年代至今，Linda 經歷多個年代的時尚變遷，並不斷協助新晉及當地設計師，前一次來港接觸本地學生令她留下深刻印象，所以她第二度來港，給學生們上了一個沒有批判性的 styling 課堂。

m metropop　**L** Linda

m：你覺得香港人的穿衣風格有何特色？

L：現時資訊爆炸，時裝同時亦一體化，香港、韓國、巴黎、紐約、倫敦其實正在交換時尚風格，香港沒有特定的地道打扮色彩，不過設計系學生都有很高水準。

m：時裝設計師和造型師未來會有甚麼方向？

L：隨著品牌愈來愈多，很多現代的設計師都難以擺脫過往成名設計師的創作元素，他們需要更加了解自己，才可發掘原創風格。至於造型師，就要迫切地擺脫時裝的限制。現在許多雜誌的 fashion page 都變得一式一樣、那是造型師害怕挑戰商業時裝的底線、害怕衝擊大衆認同的美感，但 too much fashion 就是欠缺創意，創意需要透過玩味、挑戰才會產生！造型師要明白和 explore 自己的 bad taste，have fun！這樣才可突出自己的風格。

m：對現時互聯網上的 blogger、stylist 及一眾 apps 有何體會？

L：現時的時尚人過於商業化，分享太多叫人盲目消費的訊息，blogger 及 stylist 亦為了爭取贊助商支持而胡亂吹捧。不過我相信這些情況只是過程，未來成功的 designer 及 stylist 都是出自真心和具有創意的人。Ⓟ

1-2 Linda 的 styling 作品。
3-4 Linda 早前為香港帶來的 Dress Code 展覽。
5 Linda 團隊與 IVE 造型設計學生的 project。



Linda Van Waesberge
"Some times I have bad taste, but it doesn't matter!"



FORTIS 1912
SWISS WATCHES

B-42 Black Black
Day/Date

The B-42 Black Black day/date set in 42 mm
diameter titanium PVD black case, Swiss automatic movement,
scratch-proof sapphire crystal, anti-reflective coating
and water resistant up to 200 meters.

Available at :
Tic Tac Time
King's Watch Co., LTD.
Wah Sang Watch Co.
Cheong Tat Watch Co.

For enquiry : Nif (852) 3695 0718

WALK FREE

女人從來忍耐力驚人，不怕痛不怕煩，從前纏足到今日的高跟鞋，統統令人痛徹心肺，不過為了靚靚，女士們都可以挺過去。其實愛美增高不一定要虐待雙腳弄得變形遍體鱗傷，Rockport 的春夏鞋履系列，以描繪季節愉悅的感覺為主題，採用春夏活潑色彩與回歸大自然的色調，絕對 eye-catching。除了款式時尚、外形亮麗，鞋子都打造得輕巧柔軟，而且採用與 adidas 合作推出的 Aidprene 鞋墊，穿上去舒適有彈性，加上緩震功能，保護腳掌，令雙腳零負擔，感覺猶如踏著雲霞般輕盈。最特別的是移走鞋墊後可放入洗衣機清洗，這樣漂亮的鞋子就不怕變得臭氣迫人，免除尷尬。Ⓟ

TEXT · KIMMY PHOTO · WAI DESIGN · MLL



Rockport
查詢：2310 6232



plantronics.
EVOLUTION OF AN ICON
CHARGING CASE WITH TOUCH CONTROL • SMART SENSOR • P2i MOISTURE RESISTANCE • NFC/ BLUETOOTH 4.0 • iOS/ ANDROID APP
VOYAGER® EDGE™
The new flagship Voyager Edge elegantly blends eye-catching style with careful attention to comfort. Featuring signature Plantronics audio technology, Voyager Edge offers clear communication in any environment with proprietary noise- and wind-cancellation. Intuitive, responsive features such as voice commands and smart sensors let wearers answer calls hands-free. With its portable charging case, the headset is always charged and ready to keep the wearer connected.
Best Performance Award
PC Market, April 2014
NO 1 HEADSET BRAND IN HK* | EXCLUSIVE AGENT (CHINA, HK, MACAU): LEADER RADIO TECHNOLOGIES LTD | +852 2395 3913



唐安麒美顏瘦身專門店（星期日及公眾假期照常營業）

香港 • 中環 3525 0388 • 銅鑼灣 2890 2198 • 尖沙咀 2366 2318 • 九龍灣 2997 3886 • 沙田 2693 4738 • 葵芳 3527 0668 • 上水 3156 1688 • 屯門 2440 6188
中國 • 深圳地王店 86-755-82072005 • 廣州天河店 86-20-38816059 • 廣州五月花店 86-20-83193188

BEAUTY CREATIONS

ANGEL FACE

唐安麒健康瘦身

Be a PERFECT 10+

黃金十日瘦身經

妳的獨有周期　成為瘦身關鍵

每個女性都有着不同生理期的煩惱，手腳冰冷、身形腫脹、心情鬱悶等，都是常見的問題。但生理期過後，消化、吸收及新陳代謝的效果較佳，如可配合針對性的瘦身餐單及療程，瘦身效果更加顯著，可能是妳成功瘦身的關鍵。

ANGEL FACE 黃金十日瘦身經，把握妳的獨有周期，瘦身、調和、重塑真我，將妳每個月的煩惱，變為每個月最期待的超猛瘦身日子。

即上www.angeltong.com.hk了解更多!

根據Strategic Focus 2010年市場調查報告，唐安麒美麗瘦身專門店為[illegible]

想知更多健康資訊，Click 入 http://blog.angeltong.com.hk

唐安麒 ANGEL FACE 搜尋

顧客服務熱線：8120 0088





봄빛이 피부에 스미다
粉嫩白色花卉
煥發澄淨透亮肌膚
糅合6種天然白色花卉萃取及溫泉水礦物能量，為肌膚帶來三重淨白功效 — 抑制黑色素形成、均勻膚色、使肌膚綻放光采；並於肌膚表面形成保濕膜，為肌膚鎖水之餘，全面防護，煥發白皙透亮的完美肌膚。
NEW
white bloom floral serum
triple bright
白花瑩肌亮白精華液
韓國人氣新星
李侑菲
CREMORLAB
莎莎獨家代理

06
Beauty
anti-uv

To Rescue from the DARK

在人類美好世界的隱蔽角落裡，
總有一股黑色勢力在蠢蠢欲動、滋長、蔓延，
企圖進一步佔據世界重整秩序，當人們危在旦夕之際，傳說中的超級
英雄就會出現，那怕他們只有死光、重鎚、盾牌、蜘蛛絲，
甚至手無寸鐵，都能秒殺敵人；即使被十面埋伏，
身中多槍或被電擊，都有不死身，令世界重見光明。
環觀肌膚世界，新生肌膚本如旭日初升綻放亮光，
卻不斷受黑勢力紫外線侵襲，變得日落西山般暗淡暮色。
我們期待英雄再次出現，保護肌膚重見亮白。
此時，英雄就在不遠處!

TEXT · TIFFANY & SORA PHOTO WAI
SPECIAL THANKS · EDMOND LAW, HOMAN & GARY LAM@HKFIGURECLUB
DESIGN · ALICE



BOOM

THE DEVIL FROM ANYWHERE

精於電子工程的 Iron Man 15 歲讀大學，19 歲以最高成績取兩碩士學位，21 歲承繼父業，他聰明、不羈又風流，直到被越軍俘虜而扭轉命運，期間研製鐵甲逃出生天，沒料到，重返美國卻發現企業內的舊派大臣對公司老謀心算、虎視眈眈，他才覺悟原來敵人無所不在。凡事要知己知彼，紫外線同樣無所不在、無孔不入。無知，便輸了。

看不見的敵人

有些人以為，只有烈日當空才會出現紫外線，其實這是大錯特錯。紫外線是由太陽發放出來人肉眼看不見的輻射，按波幅的長、中及短分別分為A、B及C，後者大部分都可被臭氧層吸收，所以能直接到達地面的主要是紫外線A和B，長時間在猛烈陽光下曝曬，皮膚最容易曬傷。不過即使在陰天或室內，同樣有紫外線侵襲，只是強度較低。陰天時，陽光中的紫外線會因大氣中的氣體分子、雲、塵粒、煙霞、霧而散射到地面，尤其是紫外線B；超過 85% 的紫外線 A 能走進室內，加上電視機、電腦螢幕、微波爐及各種燈，包括日光燈、鎢絲燈等都存在紫外線，所以，我們需要長時間進行防曬。



LANCOME Upgraded UV Expert BB Complete SPF 50 PA+++ $410/30ml
結合多種濾光因子、加上針對阻截超長紫外線 UVA，能全面保護肌膚及防曬達 12 小時、配合專利技術 XL-Shield ™、提升抗灰及抗暗啞功能、讓肌膚重現均勻膚色。

SHISEIDO Perfect UV Protector SPF 50+ PA++++ $320/50ml
採用獨創技術 SuperVeil-UV 360 ™及防護成分 ProfenseCEL ™複合物、可作妝前底霜使用、使防曬霜能覆蓋肌膚微細紋路、並有助抵禦有害酵素活動，預防色斑和皺紋形成。





Chanel UV Essentiel SPF 50 PA+++ $410/30ml
不含油分的水潤乳液、能夠迅速被肌膚吸收，全效防禦紫外線的傷害、使用 4 周後，能提升肌膚光澤達 66% 及透明度達 62%。

Dior Diorsnow UV Shield Intense Protection SPF50+ PA++++ $490/40
專為長時間於戶外活動暴曬而研製，獨特
方能有效令肌膚全日感覺清爽及輕盈，
柔滑亮澤的妝效，儘管身處極端氣候，
霜仍能抵禦海水及汗水

SELF-DEFENSE AGAINST UV

06 Beauty anti-uv



SOFINA beauté
whitening enriched emulsion
$350/40g

與蝙蝠俠針鋒相對卻又出生入死的貓女郎，縱然如貓般自以為是、善變，但機靈敏捷，懂得保護自己，手槍皮鞭是她的隨身武器，但最具殺傷力的可說是她的美貌，令無數敵人墮入美麗陷阱。女人也要擁有如貓女郎的智慧，抵擋外界侵害，先選擇最高效能的武器對抗肌膚天敵——紫外線，保護自己由保護肌膚開始。



5 合 1 高效武器

大自然遭受破壞，污染嚴重，紫外線侵害愈演愈烈，尋找高效防曬品正是保護肌膚的當前需要，日本 No.1 防曬品牌 SOFINA beauté whitening uv cut emulsion SPF 50+ PA++++，新升級至日本最高防曬級別，可徹底抵抗能直達並傷害肌膚的 UV-A1，防止皺紋及鬆弛等肌膚老化現象，防曬以外，還有護膚功能包括：抗老化、保濕及美白，亦可作妝前底霜，抗老化滋潤成分如生薑精華、柚子精華等，保持肌膚彈性，保濕成分桔梗根精華可使肌膚保持水潤及剔透；洋甘菊美白精華能預防色斑及雀斑締造明亮淨白膚色，塗上肌膚感覺清爽，不殘留白色痕跡。一支防曬乳液結合 5 種效能，照顧肌膚不同需要，是抵擋紫外線具殺傷力的武器。

SOFINA beauté
whitening uv cut emulsion
SPF 50+ PA++++
$320/32ml

抗 UV 團隊

紫外線無處不在，要按環境需要而選擇適當強度的防曬乳液，日常生活可使 SOFINA beauté whitening uv cut emulsion SPF 30 PA++++，要全面美白，還可配合精華乳液，以整支美白團隊全效防護。



SOFINA beauté
whitening uv cut emulsion
SPF 30 PA++++
$320/32g

SOFINA beauté
whitening lotion
$280/140ml

THE TRUSTFUL POWER

Bioré UV Aqua Rich BB UV
SPF 50+ PA++++
$99.9/33g

全新BB防曬霜集光感調色、遮瑕、保濕、防曬及妝前底霜於一身。



Superman 是眾多英雄之中少有地沒有武器的經典角色，他擁有超級眼力、聽力、力量、智力、自由飛行能力等，加上一顆行俠仗義的心，風靡萬千人心，是人民信賴的英雄。在芸芸防曬產品之中，我們也同樣渴望尋找如此值得依靠的產品，即使日光當前，也無懼直接交戰！

高效防曬 自然提升亮白度

烈日當空，準備以最美姿態投入初夏活力，一支能打造無瑕裸妝又高效防曬的BB霜成為女士們的恩物。日本No.1防曬品牌*Bioré UV全新Aqua Rich BB UV SPF50+ PA++++不但達到日本最高UV防禦系數，能有效預防紫外線引起的色斑，皺紋及各種肌膚老化問題，還有自動調控膚色功能，能因應不同膚色而自動提升2度亮白效果及修飾毛孔，以最漂亮的狀態抵擋紫外線。加上如水般的透薄質感，能輕易推開，打破一般BB Cream的厚重感。產品集光感調色、遮瑕、保濕及防曬於一身、更可作妝前底霜使用，成為女士們可信賴的英雄。

* 根據Intage SRI於2011年12月至2013年11月有關防曬產品銷售量調查

Bioré UV Aqua Rich Essence
SPF50+ PA+++
$99.9/50g

水感防曬

為保護全身，使用Bioré UV皇牌產品、高效防曬配方加上獨有GAP水感凝體技術，將防曬粒子鎖於水感凝體中，形成保水膜，能高度保濕鎖水，同時全面抵禦紫外線。




Coppertone
陽光到就出動
確不同防曬系列
美國多數兒科醫生推薦品牌
讓你在陽光下，放心大玩
www.coppertone.com.hk
mannings 萬寧
mannings Plus



輕透隔離 + 保濕亮白

OLAY保養級防曬，全天阻隔室內外10大 UV 光

THE UV PROTECTION SUPERSTARS

妳知道肌膚一天 24 小時都面臨各種室內外 UV 光的威脅嗎？皮膚科醫生指出，不只陽光才會帶來紫外線傷害，打電腦、搭車、行街……各種室內光源的波長，都會對肌膚造成損傷，且許多防曬產品並無法「全數抵擋」！蘊含獨特「聰明光感因子」，業界唯一能阻隔 10 大室內外 UV 光的 OLAY，將帶給愛美的女性絕對完美，以及輕透隔離 + 保濕亮白兼具的保養級防曬新體驗！

哈佛皮膚科權威研究指出，膚色較深的亞洲型肌膚，一但出現曬後泛紅跡象，其實皮膚內部已經開始準備「轉黑」；且出現曬後損傷症狀、其實過程只要短短 45 分鐘！

所以，當你悠哉悠哉地逛百貨公司，或在辦公室日光燈下、影印機或電腦前忙碌穿梭時，肌膚都無時無刻的遭受 10 大 UV 光的威脅 … 而且妳必須知道的是，大多數防曬隔離產品並無法阻擋這些大範圍波長的紫外線，唯有蘊含「聰明光感因子」的「OLAY 高效隔離防曬乳（加強型）SPF50/PA+++」與「OLAY 輕透隔離防曬乳液 SPF30/PA+++」，能夠全時段、完整的阻隔 10 大室內外 UV 光，給與肌膚萬無一失的超強防禦力。添加天然蘆薈精華、亮白保養精華的輕透保濕質地，更能給與肌膚毫無負擔的全日呵護，讓妳無論外出或身在室內，都不必擔心各種 UV 光壞了妳的美！

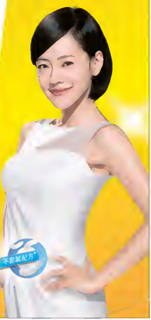
室內室外 全面拒絕曬黑



OLAY 美白天后 小S也愛用！

選擇能阻隔10大UV光線，又能保養肌膚的防曬品，就對了！

OLAY 防曬隔離乳的質地清爽細緻，就像保濕乳一樣舒服，添加革命性「聰明光感因子」與出色的保養成分，為肌膚阻隔 10 大 UV 光線，同時做好輕透隔離＋保濕亮白保養。





OLAY 輕透隔離防曬乳液 SPF30/PA+++
添加輕透防水配方與天然蘆薈精萃，是一款適合平時使用的最佳日間保養品，防曬、保濕、透白一次到位。

OLAY 高效隔離防曬乳（加強型）SPF50/PA+++
適合需要長時間接觸強大 UV 光的場合使用，如海灘戲水、登山健行等，長效阻隔猛烈紫外線的傷害。



* 指OLAY輕透隔離防曬乳液

06
Beauty
anti-uv

ZONK

BIGGER CHALLENGES

Spiderman 故事中的一句話：「能力愈大，責任愈大。」述說了年輕的高中生 Spiderman，已經要肩負起保護社會的責任，他所面對的已不止是火警、交通意外、劫案等，更要要對付某大企業不道德的陰謀，挑戰愈來愈大，就像我們即將踏入紫外線指數最高企的月份，即使年輕少女也要及早展開保護，避免肌膚傷害日深。



KiEHL'S Ultra Light Daily UV Defense SPF 50 PA+++ $315/30ml
不含油分的乳液配方 能避免因堵塞毛孔，而引起的粉刺，其 FDA 專利雙重穩定抗 UV 濾光分子 Mexoryl SX ™ 及 Mexoryl XL ™，為肌膚提供更強效及持久的防曬保護。





FUJIFILM BEAUTY
ASTALIFT Perfect UV Protector SPF50+ PA++++ $330/30ml
獨創科技 D-UV Guard 能阻截深層次 UVA，不但能全方位防禦紫外線，更可調和膚色及作妝前底霜使用。

RenGuangDo Camellia Seed 360° Hydrating Sunblock SPF30 PA+++ $268/40ml
蘊含茶花籽精華、維他命 E 及泛醇等天然成分，同時具防曬及保濕功效，抗氧化成分能減低游離基對肌膚的傷害。



MAKE UP FOR RVER UV Prime SPF50 PA+++ $370/30ml
成分中的葵斯金有效抑制自由基活動，而礦物反射因子能增強粉底的貼合度，讓防曬成分及妝容更持久。



加強防曬保護

由於亞洲較接近赤道區，紫外線強度比歐洲及北美國家還強，根據香港天文台統計顯示，1999 年至 2009 年間，紫外線指數達「高」或以上佔 66%，而屬於「極高」的佔 17%，每年 6 至 8 月便是紫外線最高的月份。英國癌症研究組織更指，英國人患上最嚴重皮膚癌的個案增至每年超過 1.3 萬宗，40 年來上升 6 倍，專家懷疑是忽略防曬所致。因此任何年齡層都必須加強防曬保護，否則吸收過量紫外線 B 會引致皮膚曬傷，是導致皮膚癌的成因之一，而吸收過量的紫外線 A 會令皮膚變黑，導致皮膚老化及催生皺紋，亦可能導致皮膚癌。

SDFINA baauté Whitening UV cut emulsion SPF50+ PA++++ $320/32ml
蘊含保濕成分桔梗根精華和細胞間脂質 S、美白成分洋甘菊 ET 及抗老化成分尤加利精華等，阻隔紫外線對肌膚底層的傷害，預防肌膚老化，並有效改善暗啞問題。





SUNKILLER
日本極級
防曬系數
防曬最強
日日水感呵護
SPF 50+
PA++++
No.1 UVAカット
日やけ止めウォーター
最強!!UV
スーッとなじんで気持ちいい!
せっけんで落とせる!
SUNKILLER
PERFECT WATER ESSENCE
86% うるおい成分
サンキラー パーフェクトウォーターエッセンス
顔・からだ用
KISS ME
水感清爽保濕防曬露
水潤價
$58
日用防曬系列
戶外防曬系列
Sole Agent: SUNWA MARKETING CO., LTD
SUNKILLER HK



Bioré UV Aqua Rich BB SPF50+ PA++++ $99.9/33g
具備自動調控膚色效能，光感調色能因應不同膚色而提升 2 度亮白效果，同時修飾毛孔及遮瑕，有效阻隔紫外線的侵害。



OLAY Luminous Whitening Blocker SPF50 PA+++ $169.9/40ml
採用聰明光感因子，能抵擋較大波長範圍的紫外線，全面截擊室內室外的不同種類 UV 光線，適合長時間戶外活動的。

SUNPLAY SARAFIT UV Smooth Watery Essence SPF50+ PA++++ $129/50g
獨特配方 Dry Keep Powder 有效隔離汗水，讓防曬成分更貼肌膚，不易脫落，蘊含透明質酸鈉、角鯊烷及水解膠原蛋白等成分，提升肌膚鎖水力。





STRENGTHEN THE ABILITY



SUNKILLER Perfect Water Essence SPF50+ PA++++ $58/50g
蘊含 86% 的滋潤成分，肌膚全面阻截紫外線之外，同時滋潤及保濕，其獨特抑味配方，能清除防曬產品所釋出的難聞氣味。

從前美國隊長是個瘦弱的年輕人，因受超人士兵的血清激發體內潛能，他才擁有超越常人的力量、敏捷身手及體格，對酒精及病毒有免疫及停止老化，即使八十多歲仍保持年輕俊美。當然，現實中沒有這樣的血清，但多吃健康美白食物，有助內部調理，增強美白實力。



抗紫外線食物

皮膚科醫學研究發現，陽光中的紫外線會刺激皮膚產生大量氧化自由基，破壞皮膚細胞組織，加速黑色素生成的氧化反應，令皮膚暗啞、粗糙及失去彈性，減低皮膚抵抗力。可多吃抗氧化、消除自由基的美白食物。

- **大豆製品如豆腐、豆漿：**大豆中的異黃酮素是一種植物性雌激素，具有部分女性荷爾蒙作用，可抗氧化，維持光澤細緻肌膚。
- **維他命 C 蔬果如奇異果、番茄、柑橘：**是水溶性維他命，有效的抗氧分子，有助消除游離基各其他氧化破壞。
- **小麥胚芽及堅果：**含大量維他命 B 及 E，有助皮膚增強抵抗力及復原能力。
- **綠茶：**兒茶素含量高，可減少讓日曬導致皮膚曬傷、鬆弛和粗糙的過氧化物。

L'OREAL UV Perfect Aqua Essence UV Protector SPF30 PA+++ $149/30ml
防曬霜能迅速融化讓肌膚全面吸收，體驗清爽、防曬及水漾三合一的效果，12 小時阻隔紫外線，並預防肌膚出現乾紋情況。



TEXT · SORA & TIFFANY PHOTO · WAI DESIGN · LULU @POP（廣告）

愛上・清爽防曬

女孩子白皙嬌嫩的肌膚，容易因猛烈陽光而曬黑或出現色斑，
故防曬護理已不再單單限於夏日。
然而，潮濕悶熱的天氣使汗水與防曬乳霜融合後，會令肌膚變得黏膩難受，
而且防曬成分容易脫落，令肌膚失去防曬保護。
想擁有清爽的夏日，Sunplay Skin Aqua Sarafit UV 全新輕透日用防曬系列，
打破高防曬值與清爽不能共存的定律，採用日本嶄新突破性清爽技術，
耐汗清爽，輕透不黏膩，讓防曬功效更長效貼身。

高效防曬 清爽新體驗

塗抹防曬用品已經成為出門口前的指定動作之一，Sarafit UV 輕透防曬水凝乳適合作妝前底霜使用，擁有防曬 SPF50+ 以及日本最高 UVA 防禦等級 PA++++，強效阻隔讓肌膚曬黑及老化的紫外線。防曬乳更注入 Dry Keep Powder 速乾耐汗配方，能有效隔離汗水，即使流汗，防曬凝乳仍緊貼肌膚，令妝容不易脫落，更蘊含護膚成分透明質酸鈉、角鯊烷及水解膠原蛋白，讓肌膚時刻保持滋潤，鎖緊水分。Sarafit UV 輕透水感防曬噴霧，同樣採用獨有 Dry Keep Powder 清爽速乾配方，一噴即形成透明無味的防曬保護，亦適用於頭髮及頭皮上。此外，倒轉產品瓶身更可輕易噴於背部及腳部等難以塗抹的位置，保護全身肌膚，抵抗紫光線的侵害。

Blogger Sharing

100% 美容 bloggers* 試用後，認為 Sarafit UV 系列比以往用過的防曬產品更清爽。

Heidi Lee
「水凝乳的質地『水水的』很易推，是我用過的防曬中最清爽的，過了一整天，皮膚都沒有變得黏膩。至於噴霧，只需輕按噴嘴，透薄清爽的防曬保護即完成，感覺輕如無物！激讚！」

Annie Chan
「沒想過防曬品可以如此無負擔兼有保濕效果。試用一段時間亦無曬黑，防曬效果強！很喜歡水凝乳可以作 make up base，妝容都變得持久貼服。」

*42 位 bloggers 試用 Sarafit UV 系列評價（Lady Qooza 2014）



SARAFIT 輕透水感防曬噴霧
SPF50+ PA+++ $99.9/50g

SARAFIT UV 輕透防曬水凝乳
SPF 50+ PA++++ $129/50g

銷售點：萬寧、屈臣氏、莎莎、卓悅及藥房
查詢：2699 0078

THE POWERFUL WEAPON

雷神最大的威力可說是手中的重鎚，據說鎚頭是以最堅硬的岩石或鐵所打造，手柄則以世界之樹的木材作成，不用的時候可縮小放進口袋裡。扔出重鎚時，它能百分百擊中及穿透任何目標，還會自動飛回雷神手中，被認為是北歐神話中的最強武器。在你口袋裡，有同樣厲害的防曬武器嗎？



SKINFOOD
Aloe Triple Sun
SPF50+ PA+++ $160/50ml
蘊含 96% 水分的蘆薈成分，能為肌膚保濕及排毒，維他命 B3 能擊退黑色素、改善膚色不勻。



Boots
Soltan Invisible Spray
SPF50 $149/200ml
擁有 8 小時防曬效用、全面截擊 UVA 及 UVB 對肌膚造成的傷害、同時亦可預防因暴曬而引起的紅疹及皮膚敏感。



Neutrogena
Wet Skin Sunscreen
SPF45+ PA+++ $139.9/88ml
獨創 wet skin 親水防曬科技，專為喜愛水上活動的人士而設，防曬成分能緊貼於濕透的肌膚上，形成牢固的親水防曬層，耐水性達 80 分鐘，全面抵禦紫外線。





Coppertone
UltraGuard Spray SPF50 $139.9/177ml
防水配方能讓防曬功效於游泳時維持 80 分鐘、配合方便的快乾噴霧式設計、輕易均勻塗抹於身上、低敏配方適合任何皮膚使用。



LANEIGE
UV Multi Sun Mousse
SPF50+ PA+++ $260/60g
Porous Powder 多孔性粉體成分、有效吸走油脂分泌及汗水、另蘊含 6 種有機草本成分，能紓緩及鎮靜日曬後的肌膚。

外在防曬

太陽眼鏡、防曬衣物及防曬霜都是常見的防曬用品，可是有些人會過分重視用品外觀或品牌形象而忽略了防曬效能。選擇太陽眼鏡，最好標明鏡片能夠過濾最少 98% 的紫外線，而防曬衣服可參考 UPF 指標，反映衣物對紫外線的防護能力，採用倍數概念，例如 UPF20 的衣物，可延長皮膚在陽光照射而變紅的時間達 20 倍，防曬衣物達 UPF30 屬優良。至於防曬霜，便要了解 "SPF" 及 "PA" 數值，SPF 主要抵禦紫外線 B，皮膚受保護時間為指數乘 10 倍，如 SPF 50，即保護時間達 500 分鐘。而 PA 則抵禦紫外線 A，但國際未有統一指標，一般由 "PA+" 至 "PA+++++"，"+" 愈多即代表愈強效，建議進行戶外活動時，每半小時至一小時便要補塗防曬霜一次。


少些皺紋*
多些讚美
所以我們是英國No.1抗衰老護膚品牌**
No7 保護修復系列憑著證實有效的抗衰老產品引領潮流。突破性的配方有助減少幼紋與皺紋。
你可使用保護修復系列預防與減少幼紋，或使用深層保護修復系列針對深紋皺紋。現在就來體驗最適合你的系列，展示年輕肌膚。
品牌著名的抗衰老肽Matrixyl 3000及維他命原A，連同日霜提供的5星級UVA保護，有助減慢肌膚衰老。
No7
Protect & Perfect
Serum
Day Cream
FEEL FABULOUS
SHARE THE FEELING
從第1日 感到不同
mannings 萬寧 mannings
香港
九龍
新界
$20 現金券
此優惠券只限於No7 保護修復和深層保護修復系列(包括套裝)
此券有效期至2014年5月31日
5 000167 179606 >
Boots
feel good
BootsHongKong
www.boots.com/hk

TEXT · IVY Q PHOTO · WAI DESIGN · CARMAN @POP（廣告）

Refreshing summer breeze

夏季一到，女生[illegible]實，體內水分因日[illegible]氣急[illegible]膚可能顯得比秋冬時更為缺水。因此，[illegible]須做[illegible]保濕措[illegible]髮程序當然也要亦步[illegible]樣保濕[illegible]hi[illegible]夏[illegible]呵護！



Touch of Fresh

一支高度滲透、強效修復、清爽輕盈的精華液，是脆弱肌膚的急救恩物。然而精華液不僅是護膚必需品，也是護髮的重要元素，因為紫外線會破壞頭髮毛鱗片，影響髮質，而清潔後的頭髮就恍如洗臉後的肌膚，必須塗上精華液來紓緩及修復日間損害。日本護髮品牌 TSUBAKI 為讓髮絲重拾健康觸感，以全新免沖洗修護潤澤精華液帶來濃密修補效果，給秀髮打造出細緻分明的柔滑光澤。

修護潤澤精華液（免沖洗）$68/100ml
針對紫外線、熱力[illegible]染髮所形成的色素流失，利用「高度滲透配方」、「髮芯色素缺口修補成分」及珍貴山茶花油作強效修復[illegible]質感清爽不膩，適合吹髮前、乾髮[illegible]濕髮使用。

All-round Ultimate Care

若想倍大護髮效果，我們可在日常洗護以外，給予髮絲高效滋潤的免沖洗特別護理，TSUBAKI 修護潤澤精華液成為這份額外呵護的最佳工具，同系列的洗髮露、護髮素及修復精華，亦全面採用日本皇室御用的「嚴選天然山茶花油」，為受損髮絲重新注入活力，增添秀髮光亮度。除洗髮露外，整個系列均加入防曬成分，隔絕紫外線傷害。



1. 修護潤澤洗髮露 $88 / 550ml
泡沫豐柔，冲洗後頭髮順滑不打結。

2. 修護潤澤護髮素 $88 / 550ml
迅速融入及修護髮絲，令秀髮變得柔軟潤手。

3. 修護潤澤修復精華 $88 / 200g
集中修護受傷髮尾，重拾健康光澤。

更多呵護選擇

4. 修護潤澤瞬間修護噴霧

$148 / 180g

Tsubaki Hong Kong

銷售點：各大屈臣氏、萬寧及莎莎

06
Beauty
hot item

VITAMINS POWER

"You are what you eat"，我們吃甚麼主宰了身體的健康，同時也影響皮膚質素。想身體與皮膚健康，就要從飲食著手，首要是均衡飲食，才能得到各種營養，以維持身體壯健。其實護膚之道都一樣，肌膚需要吸收不同的維他命元素，以促進新陳代謝。Dr.Jart+ 的 V7 多元維他命再生透白系列，不止用維他命 C 抑制黑色素，更結合了 7 種維他命，包括 A、B3、B5、C、E、F 及 H，促進肌膚的自我修復能力，為疲倦的肌膚注入水分，有效快速地均勻膚色，提升整體光澤。

TEXT - KIMMY PHOTO - FRANKY DESIGN - MAVIS



Dr Jart+ V7 Radiance Serum
$376 / 50ml

Dr Jart+ V7 Radiance Toner
$276 / 150ml

Dr Jart+ V7 Spot Eraser
$256 / 5ml x 2

查詢：2505 6023

Charles-Hubert
情迷法式浪漫

法國是個典雅浪漫的國度，從這裡誕生的品牌也沾上了不少唯美色彩。Charles-Hubert女裝腕錶的設計充分展現了法國文化中的優雅韻味，同時亦結合了當季流行元素，方便配襯春夏新裝；當中配以精鋼或真皮錶帶及日本自動機械機芯，部分款式更綴上SWAROVSKI水晶，真正內外兼備，演繹出獨特的甜美高雅氣質。

Text Teresa | Photo Lok | Assisted by Candy | Design Kalai（資料由客戶提供）



紫色真皮錶帶圓形腕錶 $2,980

白色真皮錶帶方形腕錶 $2,980

啡色真皮錶帶橢圓形腕錶
$3,680

賞你法國甜蜜滋味

由即日起至五月三十一日在指定經銷商購買Charles-Hubert任何手錶，均可獲贈Paul Lafayet港幣五十元現金券乙張，憑券可到全港Paul Lafayet換領法式茶點，從味蕾上感受點點法國情懷。

www.facebook.com/CharlesHubertHK 查詢電話 3525 0398



鐵甲人

身高：30 米
重量：500 噸
動力：原子能
特徵：以手錶型無線遙控操縱，與怪獸對戰時發出具體聲音指令，鐵甲人便會自動作出相應動作。

鐵人 28 號

身高：10.2 米
體重：31 公噸
特徵：太平洋戰爭中，軍部研製出可以讓日軍起死回生的秘密兵器，由少年金田正太郎手握遙控器遠端操縱。

哥斯拉

身高：50 米
體重：20,000 噸
特徵：潛藏海底洞窟的大古生物受核輻射污染而基因突變，被形容為「一生帶著人類對原子戰爭的恐懼，一身帶著二次大戰罹難者的怨氣」。

巨物之迷戀

小時候，我們對巨形的東西都有一份說不出的迷戀，從鹹蛋超人到鐵人 28 號到高達；長大後，我們對這種巨物的情意結依然揮之不去，因此我們會入場看從 1954 年翻拍到 2014 年的《哥斯拉》，也會冒著被另一半痛罵的危機買玩具 figure；到了這一代，小朋友和大人又會一起看《進擊的巨人》……人類對巨物的迷戀程度，從來沒有一天減退過。

TEXT · RINGO PHOTO · WAI DESIGN · GRACE

07
Culture
focus



▶ 鹹蛋超人 Ultraman

身高：49 米
體重：44,000 噸
特徵：代表著生命、未來、守護、堅持、追求的 M78 星雲外星生物，擁有高度戰鬥能力，但只可留在地球三分鐘，當警示燈響起便要[illegible]散場。

▶ 高達 RX-78

身高：18.5 米
體重：35.7 噸
（全裝備 71.2 噸）
特徵：地球聯邦軍早期 MS GUNDAM，可進行宇宙戰和水中戰，具備進入大氣層能力，是最高機動性能且最受高達迷歡迎的機種。

▶ 鐵甲萬能俠

身高：18 米
體重：20 噸
特徵：受到修羅男爵襲擊的兜十藏博士，於死前把秘密製造，由超合金 Z 及光子力發動的機械人交給孫子兜甲兒，甲兒為了和平及正義，與地獄博士率領的機械獸軍團戰鬥。

▶ 進擊的巨人

身高：18 米
體重：不詳
特徵：世界上突然出現了人類天敵巨人，殘存人類築起巨大城牆苟且偷生，直至 60 公尺高的「超大形巨人」突然出現，黎民再次生活在水深火熱之中



日本：一切從黑船開始

說到怪獸與機械人，大家第一時間想到日本。但到底這種體積龐大的巨物概念是從何而來？1853 年美國海軍准將培里率艦隊駛入日本，希望幕府可以打開口岸通商。黑船的出現為日本帶來很大衝擊，除導致日後幕府被取締，日本從鎖國政策踏上維新之路，日本人對高科技的航海技術和先進武器也衍生出兩個概念，一是黑色的船身，二是龐大的體積。「巨艦大炮主義」自此亦應運而生。

巨艦大炮主義

第一次世界大戰，德、英以至全歐進行了激烈的海軍軍備競賽，不斷建造巨形艦艇，並試圖建造最大口徑的超級主炮，這股風潮延伸至日本，二戰時日本研製出 460 毫米火炮，並安裝於大和號，是歷史上最巨形的服役戰艦。二戰後日本戰敗，軍隊架構改以防衛隊及自衛隊代替，政治、經濟、民生也重新整肅，然而巨艦大炮主義在日本人心目中早已植根，不能將之建立於軍事，他們開始將之投射於電視及電影之中：一系列巨形機械人卡通、怪獸特攝片如雨後春筍般冒起。



受黑船事件影響，日本於二戰時建造的大和號擁有全鋼裝甲、旋轉炮塔、光學儀器、蒸汽輪機等強大裝備。

從巨艦到巨獸

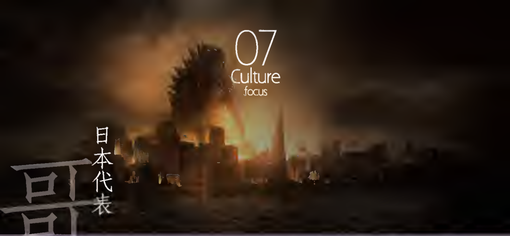
日本的怪獸片始於 1954 年，當時東寶院線有鑑美國的《金剛》(1933) 成功，照辦煮碗拍攝了因戰爭而從大海沉睡中甦醒的《哥斯拉》，結果大受歡迎，也開創了怪獸電影的先河，並一直拍攝續作至今，就連荷里活也在近年翻拍又翻拍。

《大日本人》

所謂大日本人是「一旦遇到強敵通過高壓電流刺激就可使體形增長數百倍，並擁有無窮戰鬥力」的超人，於二戰期間享受極高榮譽，但到了男主角這一代，長久的和平讓大日本人無用武之地，成為了潦倒的中年漢。



日本諧星松本人志首次執導電影，2007 年上映。



07 Culture focus

日本代表 哥斯拉

由奸變忠

不少人都知道，起初哥斯拉是一個不折不扣的破壞者，小說原作者香山滋的創作概念來自二次大戰原子彈對日本的破壞，可以說「哥斯拉等於原子彈」，首兩集電影哥斯拉都是以充滿破壞性的歹角出現。後來為了延續故事，也同時進一步迎合觀眾口味，哥斯拉於第三集開始以「保護人類而戰」的身分出現，性格變得更加立體，也更受歡迎。

本地資深動畫製作人兼日本迷盧 sir 有以下解讀：「日本人對哥斯拉又愛又恨，五十年代他們還未能除去對原子彈威脅的陰霾，對原子彈又驚又怕，因此對哥斯拉的破壞印象特別深刻。不過後來日本人開始想像，如果這麼可怕的武器能掌握在自己手中，豈不成為最有效保護自己國土的工具？」





金剛大戰哥斯拉

哥斯拉至 2004 年為止總共推出 28 部作品，牠和金剛一樣成為電影史上最廣為人知的怪獸。東寶其後更將哥斯拉與 King Kong 大玩 crossover，於 1962、1967 拍攝《金剛對哥斯拉》及《金剛的逆襲》等。





翻拍兩次

荷里活先後兩次向東寶買下版權拍下荷里活版哥斯拉。第一次是 1998 年，不過無論哥斯拉造型以至故事都跟日本版相距甚遠，粉絲們不收貨之餘，東寶甚至不承認它，乾脆將「哥斯拉」改名為「吉拉」，說是另一隻怪獸。



歐洲巨物

巨形等於強大的概念，在歐美一樣悠久深遠。英國作者 Joseph Jacobs 於 1890 年寫下 "Jack and the Beanstalk"，成為膾炙人口的童話。往後不同兒童作家也將巨人角色加入故事，如後來出現的 "Jack the Giant Killer"，去年便被改編成電影。





《傑克與魔豆》(Jack and the Beanstalk)
傑克用牛和一位老伯換來魔豆，種後一夜間長成高聳入雲端的豆樹。傑克攀爬到頂端，發現城堡、巨人、會生金蛋的雞、會催眠的豎琴。最後巨人追趕，令傑克從高處墮下傷重不治。





《Beasts ！幻獸圖鑑》
由 Jacob Covey 等九十位插畫師創作的幻獸圖鑑百科，收錄種種傳說軼事中被推定存在卻無人目睹的各種魅影或生物，如觸鬚手能輕鬆抓住最高的桅桿頂端或擊碎船身的挪威海怪等。


韓國自遊瘋
FREE & EASY GO KOREA
www.koreaplaza.hk
韓國流行文化及旅遊達人
Sue Chang
帶您「玩轉」韓國，
韓國自由行「話咁易」！
www.koreaplaza.hk
第1步
Sue 設計了9款主題行程，帶您走遍韓國好玩之處，包括人氣劇集《來自星星的你》的景點大追蹤，快來免費下載《韓國自遊瘋・行程攻略》手冊！
第2步
Sue Fun Channel
Sue 在走訪韓國時，拍下了精彩短片，教您「瘋遊」韓國！「睇片」後又可參加有獎問答遊戲，有機會贏取韓國來回機票，跟 Sue 一起遊韓國！
第3步
Korea Crazy Fares
行程資料在手，就要馬上出發！數間韓國的航空公司攜手推出瘋狂機票優惠，來回只須 HK$800起！成功訂票可獲贈「韓國旅遊小錦囊」，內含《韓國自遊瘋・行程攻略》手冊、Cashbee交通卡、景點優惠券等！(5月9日早上10時起接受訂票，售完即止)
AIR BUSAN
JEJU AIR
EASTAR JET
JINAIR
第4步
KOREA FUN 攝影比賽 Photo Contest
遊韓國時，一定拍下不少珍貴照片，一於參加 Korea Fun 攝影比賽，超過100份豐富獎品，包括：三星全新智能手機 Galaxy S5、韓國來回機票等。
(6月5日至8月31日接受相片遞交)
快登入「韓友營」www.koreaplaza.hk 了解詳情，
展開您著數又瘋狂的韓國之旅！
GyeongGi-Do
京畿觀光公社
韓國觀光公社
Korea Be Inspired
Chingu 韓友營 Korea
KTOHK



美國代表 金剛

巨獸發源地

很多人以為怪獸電影的發源地是日本，其實 1933 年的《金剛》和 1953 年的荷里活電影 "The Beast from 20,000 Fathoms" 才是元祖。後者的故事結構與《金剛》大同小異，描述一隻名為 "Rhedosaurus" 的恐龍在原子彈測試下於北極冰層甦醒，並進入紐約進行大破壞，打開了「以巨獸為主角」的先河，並激發許多怪獸電影及動畫創作。



至於金剛在美國 1933 年最初版本中本來只稱作 "Kong"，是骷髏島上原住民對牠的稱呼。"King" 是片中人物將牠捕獲並帶到紐約展示時加上的銜頭。金剛後來脫逃並且爬到帝國大廈，最後被戰鬥機攻擊身受重傷摔死。



"King Kong" 於 19[illegible]年及 2005 年各重拍[illegible]次。

巨獸大師：Ray Harryhausen



"Ray Harryhausen An Animated Life"

Ray Harryhausen 是定格動畫大師及特效大師，同時也是巨獸大師，他曾為過百部電影做過很多巨獸模型，最廣為人熟悉的包括《仙巴歷險紀》(The Golden Voyage of Sinbad, 1974) 及《鬼玩人》Evil Dead（1981），在他手上衍生的巨獸數以百計。



《侏羅紀公園》

荷里活巨獸除了猩猩王金剛，不得不提還有《侏羅紀公園》，早前恐龍製作人 Stan Winston 便公佈一些當年電影製作片段，片段中可見 T-REX 怒咬發泡膠情景，栩栩如生得簡直不能相信是由機械操作。

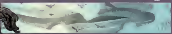
中國巨物

從饕餮到鵬

中國傳說曾出現很多巨大生物，其中最古老又出現得最多的是先秦古籍《山海經》，當中最出名的是「窮奇」、「饕餮」，以及人面虎軀、豬口獠牙、狗毛利爪的「杌」，還有狀如皮囊、六腿四翼、渾無面目的「渾敦」，合稱「四兇」。但最巨形的，則出自《莊子．逍遙遊》裡的「鵬」：「鵬之背，不知其幾千里也。」這種級數的大，恐怕荷里活特技也拍不上來，鏡頭也要伸至外太空了。



饕餮



鯤



鵬

鯤化為鵬

「冥有魚，其名為鯤。鯤之大，不知其幾千里也。化而為鳥，其名為鵬。鵬之背，不知其幾千里也。怒而飛，其翼若垂天之雲。是鳥也，海運則將徙於南冥。南冥者，天池也。」《莊子．逍遙遊》

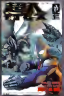

kodw
KNOWLEDGE OF DESIGN WEEK
設計智識周 2014
23 - 27.06.2014 @ 元創方
設計融合的體驗
「設計・服務・將來」：
零售及款待業的發展機遇
與廿位國際級大師互動交流　機會難逢
香港的服務業發展迅速，訪港旅客持續增長，面對充滿機遇的環境，企業該如何提升服務質素，保持競爭優勢？本年度的「設計『智』識周」，逾廿位國際級大師透過為期一週的會議、研討會及工作坊，讓參加者掌握全球業界的最新趨勢，建立創意自信及策略性思維，以創新的服務設計佔領先機。
星期一 23.06 款待業
星期二 24.06 零售業
星期三 25.06 空間設計
星期四 26.06 工作坊
星期五 27.06 工作坊
BRIAN BORDAINICK, CEO, DINNER LAB,
工作坊・25.06.14
Dinner Lab 在美國10大城市成功打造限定快閃的餐飲文化後，再創新猷推出"程式餐廳"，以集體智慧為餐廳
23.06.14
餐具設計師 X 米芝蓮名廚：
富感官刺激的餐飲體驗
JINHYUN JEON, 南韓
韓籍設計師JinHyun Jeon與米芝蓮餐廳合作，設計出充滿感官刺激的菜單，並以觸動味蕾的餐具品嚐。
AMENPAPA
本土潮流演繹的聖經故事：
「AMENPAPA」的背後
LEO CHAN 香港
由品牌故事、服飾至店鋪設計，本地時裝品牌「AMENPAPA」成功打造出富本地特色及潮流色彩的基督教時裝。
25.06.14
芝加哥：
互動的城市標記
ANIJO MATHEW 美國
重新探索空間設計的未來，透過現今科技將實體空間與數碼新一代聯結，提升不同的空間體驗。
誰應參與？
企業決策者
服務業及創意產業從業員
市場及品牌推廣、公關、科技及人事管理等專才
六大專題•探討創新服務設計
服務設計新勢力
海量數據分析
無縫科技體驗
感官空間設計
新新餐飲體驗
創新服務模式
查詢及報名
EARLY BIRD 8 JUNE
KOOW.ORG | #KOOW2014
kodw@hkdesigncentre.org | 852 2911 7917
@kodw_hkdc | fb.me/kodwhkdc
會議將提供即時傳譯。
工作坊則以英語進行。
以上節目內容截至5月14日。
如有更改，恕不另行通知。
*6月8日前報名可尊享折扣優惠
主要贊助
HK
協辦機構
HONG KONG DESIGN INSTITUTE
香港知專設計學院
Member of VTC Group VTC機構成員
傳媒合作夥伴
CUP
活動統籌
mci
場地夥伴
PMQ
35 ABERDEEN ST. CENTRAL, H.K.
主辦機構
hkdc
Hong Kong Design Centre
香港設計中心
以上相片由講者提供
© 2014 Hong Kong Design Centre. All Rights Reserved

半世紀香港巨浪

巨物何處來？人稱盧 Sir 的香港著名獨立動畫家盧子英認為，最基本的解釋就是當創作人要在劇集中創造一個擁有強大力量的角色，要表現出力量，在設計上很理所當然就向著巨大的方向進發：「你看見大隻佬和瘦骨嶙峋的人在擂台上，第一感覺也會覺得大隻佬會取勝啦！」香港人對巨物之迷戀，主要來自日本的一系列的動漫及特攝片。從五十年代隨的播放《鐵人 28 號》開始，一直細數到 2014 年《進擊的巨人》。







昔日超人風潮熾熱，當時凡推出與超人相關的產品一定被爭相搶購。香港漫畫家黃玉郎當時便曾畫下《超人之子》，另一位漫畫家邱福龍的畫風 影響，也曾繪畫港版《超人追加》。





《鐵甲人》

50年代

巨無霸 v.s. 鐵甲人

當時香港已出現非正式授權的日本漫畫，當中除了漫畫之父手塚治虫的作品，最受小朋友歡迎的要數橫山光輝的《鐵人 28 號》以及《鐵甲人》，前者由一位小朋友以遙控器控超過 30 呎高的巨大鐵皮人，當時因為羸的翻譯的關係，大家都叫它「巨無霸」，後者大同小異，不過將遙控器換成手錶，而機械人則換成獅身人面像造型。那時候小朋友個個都想要一隻手錶，然後扮成主角操作鐵甲人。





彩色哥斯拉

要數地上最強，還是不得不提哥斯拉。當年東寶拍攝的哥斯拉電影在香港上映，在大銀幕看見龐然巨物肆意破壞蹂躪東京，這對小朋友來說是何等震撼的觀影經驗。不要忘記，當時的電視還是黑白，而戲院播放卻是彩色的。哥斯拉的面容、動作、風姿、破壞力與獨一無二的吼叫聲，都在當時小朋友心中留下深刻印象。



獨愛五十年代巨物

盧 sir 稱：「當時特攝片的特技，在今日看來都很 retro，但因為是第一次的觀影經驗，所以非常深刻。雖然當時年紀小，但都知道哥斯拉和超人都是 suit man，是人扮的，哥斯拉噴火和超人的十字死光都是光學合成影像。看著超人和哥斯拉在那些模型城市中不斷破壞，雖然知道是假，但也看得非常投入，總會熱血沸騰起來。」



sebamed
VISIO
醫學保濕+
持效、清爽、低敏
95%
試用者滿意推薦*
sebamed
VISIO
Active Hydro Gel
hyalu on complex
LOCK 住25歲水嫩 微囊注水 POWER
粗啞
乾燥
毛孔粗大
欠彈性
敏感
乾紋
粗糙
解決7大肌膚問題
『施巴』VISIO微囊保濕啫喱，凝聚pH5.5專方、複合透明質酸及皇牌微囊緩釋綠珠"SEBASPHERES"力量，解決因缺水帶來的各種肌膚問題。
『施巴』緩釋微囊SEBASPHERES，持續注水達致肌底，加上複合透明質酸，即時提升及持久lock住水分；親膚水漾啫喱，清爽輕柔；低敏、低刺激性、無乳化劑、無礦物油、無矽配方，適合敏感或健康肌膚人仕。
『施巴』VISIO微囊保濕啫喱
想進一步了解「Lock 住25歲水嫩」秘訣?
Sebamed VISIO HK
銷售點
watsons
sasa
各大藥房藥行
總代理
Mekim美儉有限公司
產品熱線
香港 (852) 2774 8384
澳門 (853) 2870 3011
*根據 2012 Fashion & Beauty 讀者試用報告

07
Culture focus

70年代

鹹蛋超人威力

《鐵人28號》雖然厲害，不過當時只有麗的播放，看麗的是要付費的，而且只有香港和九龍接收到，新界人一律無緣一睹28號風采。巨人真正入屋，是鹹蛋超人"Ultraman"，1975年免費電視台無綫播放此劇集，一班小朋友坐定定在家中觀賞，加上飾演吉田和七星俠的男主角擁有俊俏偶像臉孔，還有一系列變身、科學特搜隊，以及集集新鮮的怪獸等元素，超人魅力無遠弗屆。





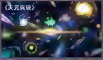



《三一萬能俠》


《鐵甲萬能俠》

最巨大的機械人

日本動畫中出現過最大的機械人是啥？1980年動畫《傳說巨神伊迪安》身高100米，1988年動畫《飛越巔峰》中的Gunbuster身高200米。不過最巨形的機械人，要數2007年的《天元突破》，動畫中的機械人會隨著主角的熱血程度而變化，到最後一集時，機體紅蓮螺巖是踏著兩個銀河系來戰鬥，巨形程度超出物理想像。


《天元突破》


《傳說巨神伊迪安》

出發！動畫機械人

當時除了特攝片，另一股「巨大」勢力也同時崛起，那就是動漫界中數若繁星的機械人。自鐵人28號和鐵甲人後，緊接著的有永井豪的鐵甲萬能俠與三一萬能俠。相比以真人扮演的特攝片，動畫可以有更天馬行空的想像，一些誇張的設定與概念也可以憑藉線條和顏色呈現，例如三一萬能俠便是歷史上首次出現透過合體而成的機械人。因為兩者取得空前成功，其他動畫公司陸續推出如超力電磁俠、V型電磁俠、宇宙飛龍金剛等，巨型機械人熱潮一發不可[illegible]。

80年代

細緻設定

代表作是《機動戰士高達》，以真實細緻的機械設定與複雜的戰爭故事深入民心。



90年代

機械生物化

代表作是《新世紀福音戰士》，以完全扭轉機械人必定是超合金的概念，將機械人生物化，而且還會不能控制地「暴走」。

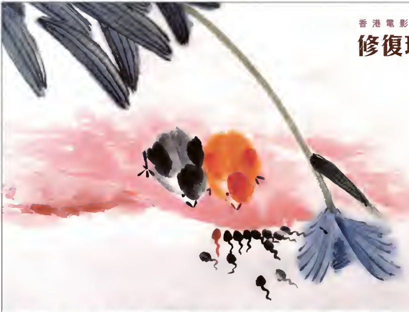


今天

千禧年以後，大家都在看《進擊的巨人》，受歡迎程度甚至襯香港報章也以頭條報導。不管是巨人的血腥成分，還是作品對巨大壓迫感的處理表現，令作品成為近年巨大產物中不可多得的成功例子。



盧sir對五至六十年代的巨大角色尤其鍾愛，雖然它們的設計相對現在簡單，劇情甚至現在看起來脫節落伍，但正正是這份落伍才凸顯那個年代的特色。除了是來自日本當時的那份「昭和味」，還有當年美國首次登月，引發全球人類對宇宙探索無限可能性的憧憬。這些想像，都成就了這一系列超人、怪獸、機械人的誕生，以及觀眾對他們的無限熱情。Ⓟ



香港電影資料館

修復珍藏

中國經典動畫選輯

中國動畫由二、三十年代開拓至六、七十年代發展，創作艱巨，是次放映主要由中國電影資料館借出新近數碼修復經典動畫，當中結合包括剪紙、木偶、水墨等藝術媒介。

選輯(二) 1/6 2:00



驕傲的將軍 (1956)
參考中國京劇的臉譜和動作而成，得語將軍因驕傲終被擒

豬八戒吃西瓜 (1958)
中國第一部剪紙動畫片

小蝌蚪找媽媽 (1960)
中國第一部水墨動畫片，獲獎無數

牧笛 (1963)
充滿詩意的水墨動畫片，1979 年獲丹麥第三屆歐登賽國際童話電影節金質獎

盧子英、紀陶主講映後談

選輯(三) 6/7 2:00

三個和尚 (1980)
啟發自民間諺語「三個和尚沒水吃」，詼諧幽默

九色鹿 (1981)
畫風仿效敦煌壁畫形式和風格，淡素而高雅

盧子英、余文暉主講映後談



票價：$50
門票現於城市電腦售票網發售

信用卡電話購票：2111 5999
網上購票：www.urbtix.hk
節目查詢：2734 2900 / 2739 2139
www.lcsd.gov.hk/fp
www.filmarchive.gov.hk

詳情請參閱於康文署各表演場地備取的第 72 期《展影》

康樂及文化事務署　香港電影資料館



暴烈的《白日焰火》

獲柏林影展最高榮譽金熊獎及最佳男演員銀熊獎的內地電影《白日焰火》，以黑色電影為基調，配以偵探與愛情雙線交織發展，能看出導演刁亦男扭盡六壬。然而平心而論，以扭橋程度來説，未算是傑作；相反，導演呈現出角色被暴烈生活壓抑，連呼吸都成為奢侈品，這種反映中國人民的生活寫照，更見驚喜。

TEXT · JILLSANDY DESIGN · MAVIS

打破類型片規限

此片雖以黑色電影為基礎，但不少影評人認為片中的特別之處，正是打破黑色電影的規限，例如故事並非發生在都市，女主角並非「蛇蠍美人」類型等。打破舊有的東西不難，能破舊而創立自家風格，則是此片的難得及獨特處。雖然稍欠扭橋功力，但偵查案件同時結合了角色在生活中的心理壓抑，再加入男女主角以情慾宣洩為出口，無論任何類型的電影，最好看必然是反照出人性弱點：懦弱退縮的女主角，總是找男人替她負責她的人生；而男人亦一個個敗在桂綸鎂一臉善良而無辜的表情之下。

導演對於女主角的處理，坊間有兩種極端意見，一種認為女主角的善良與楚楚可憐，完全擺脱固有事事掌握於股掌之中的「蛇蠍美人」類型；但亦有人站在理性角度看，女主角內心的雜亂無章，以及無能的處事手法，在人物設計上有點離地。然而以觀影過程來判斷，桂綸鎂這位女主角，整天一副欲哭無淚的樣子確實令觀眾有點煩悶，但以劇情上來看，反而覺得她貫徹了安於為生活而犧牲的性格，桂綸鎂的演繹亦恰如其分。



導演刁亦男

黑色電影

興盛於四、五十年代的荷里活，以犯罪驚慄故事審視當時的美國社會現實及人性陰暗面。黑色電影的主要特色包括昏暗陰森的畫面，受到道德羈絆的主角，充滿失意與孤獨，同時包含暴力和懸疑性。




瑞士 RAUSCH『露絲』
髮根激活素
點滴之間，
拆解脫髮風險
＊研究報告顯示，連續使用12週後，明顯延長頭髮生長期，同時縮減退化期，頭髮密度可增長超過
30%
頭髮脫落彷彿是日常生活中一些普通事，但若每日超出80條，就應正視問題。
RAUSCH『露絲』髮根激活素的牛蒡根成分，含有豐富植物固醇和脂肪酸，能促進血液循環，令毛囊全面吸收精華，啓動毛囊，激活髮根。而且用法簡單直接，每日洗髮後，直接塗抹於頭部皮膚，配合輕輕按摩即可。
RAUSCH
Original
HAIR TINCTURE
連續10年榮獲由『德國藥劑師雜誌』推選為"Best Pharmacy Partner"金獎
＊資料來源 - 2003 AG KREUZLINGEN Rausch Hair Tincture Efficacy Study using Trichoscan method。
美康 Meka 全線發售及提供免費髮質分析
香港
九龍
新界
澳門
指定 sasa 莎莎 watsons 屈臣氏 有售
特許專賣店
了解更多頭髮護理，請即讚好
Rausch Hong Kong
總代理：Mekim 美鑑有限公司
客戶服務熱綫：香港(852) 2774 8333
澳門(853) 2870 3011





難得的市井味

電影開首的場景落在運送煤炭的火車卡上，當中一件件包裹好的殘肢，埋下疑團主線。然而這卻不及電影的「市井味」來得印象深刻：鏡頭一轉，一班便裝警員邊研究案情邊吃西瓜，血紅的西瓜汁沿手臂滴下，警員一邊含糊地説出推測，一邊揮去手上的西瓜汁。這近乎真實又符合中國況味的畫面，有種難得的市井味道。

另一重要場景：野冰場，亦是內地小鎮獨有的市井風光。在一片白茫茫的冰天雪地中，幾乎沒有任何稱得上設備的東西，只有一塊小小的冰地，一班人沿同一方向滑行。而重要的是，導演並非賣弄這種市井味，而是將此融入劇情。野冰場一幕，女主角桂綸鎂一直滑一直滑，滑出冰場範圍，企圖暗示她對於出走生活的渴望。導演刁奕男説，最初的構想「是拍一部具有濃郁當代中國氣息的偵探片」，相信這也是片中加入大量市井風情的主因。無論角色與場景，《白日焰火》都在勾勒今天的中國。Ⓟ



《白日焰火》

1999年，北方小城發生了一連串離奇碎屍案，無數斷肢被棄於全省各大工廠的煤炭車之中。警方迅速破案，並當場擊斃兩個拒捕兇手。誰知五年後，類似兇案又再重演，當年參與破案的張自力更無意中得知，三個死者都與同一個女人發生過關係，而這個女人亦正正是五年前碎屍案的被害人遺孀吳志貞。張自力開始接近吳志貞，不經意讓自己愛上這名神秘女子，並漸漸發現她背後的秘密。

編+導 回顧系列

精選影片 6/5 – 29/6

香港電影資料館電影院

有心唔怕遲 (1953)
16/5 7:30　15/6 5:30
這場這戲笑料不絕，程剛的喜劇專長表露無遺

雷雨 (1957)
18/5 3:30*　14/6 2:30
保留曹禺原著的戲劇結構，戲　導演皆一時之選

十二金牌 (1970)
24/5 7:30　8/6 8:00
1970年香港第二部立體電影　程剛為耳熟能詳題材，增添新意

火樹銀花相映紅 (1953)
25/5 8:30　22/6 7:30
巧妙融合社會紀錄與戲曲元素，具歷史價值與懷舊趣味

無情大海有情天 (1957)
6/6 7:30　21/6 6:00
寫大海為生命無常的象徵　描繪漁村演繹一場愛情風暴

芸娘 (1954)
7/6 3:15*　28/6 4:00
沈復的劇本充分表現姑嫂才子與芸娘從喜至悲的情懷

* 設映後談

座談會

香港電影資料館電影院
(粵語主講・免費入場)

程剛的編劇藝術
14/6 5:00
講者　周冠威　馮嘉強・家明

票價 $40
門票現於城市電腦售票網發售

信用卡電話訂票
2111 5999

網上訂票
www.urbtix.hk

節目查詢
2734 2900 / 2739 2139
www.lcsd.gov.hk/fp
www.filmarchive.gov.hk

本節目由「香港粵語片研究會」客席策劃

詳情請參閱康文署各表演場地派發的第72期《展影》

被譽為粵語片中「一代編劇」的程剛，作風嚴謹認真，文筆深刻細膩，一生編寫過三百多個劇本，不論原創抑或改編，皆顯其成熟深厚的功力。









程剛

康樂及文化事務署　香港電影資料館


bio logical
法國有機天然護膚品牌
瑰麗精華 新生亮肌
My Peace Treaty
soothing moisturizing mask
Made in France
My Beauty Sleep
Made in France
刺梨種子修護晚霜
睡前塗於面部及頸部，促進肌膚
自然修復循環周期，減退幼紋。
令肌膚於翌日顯得活力充沛。
玫瑰舒緩保濕面膜
超強水潤配方，特具深層保濕，
令肌膚柔滑緊緻，適合任何類型
皮膚及敏感肌膚使用。
人氣美容Blogger分享推介
Ah Bee
Anita Cheung
Bubeee
Dolphin
Happy
Helen Yiu
Judy Tse
Kanix Lee
Kennis Chu
Win Win
Bio Logical 採用百份百天然有機原料，精心研發的水潤配方能激活肌膚細胞自我再生，消退偏黃和暗啞膚色，還原年輕美肌，令肌膚由內至外綻放美麗光澤。
ECO CERT
ORGANIC COSMETIC
ORGANIC COSMETIQUE BIO CHARTE COSMEBIO COSMETIC
獲全球權威有機認證機構ECOCERT及COSMEBIO認證
網上訂購：www.fingershopping.com（全港300間Circle-K均可取貨及付款）
Bio Logical HK
香港總代理：洺鍀發展(香港)有限公司 電話：852-2372 9102 傳真：852-2372 9100 電郵：sales@mtheal.com



MUSIC



"Everyday Robots" by Damon Albarn

Blur 的主音 Damon Albarn 終於推出他第一張個人專輯。大碟主題豐富，既有關於孩童記憶的作品，又回顧人生情愛歷程，呈現了相當私密的內心告白。個人之外亦不乏社會性，以創作審視現代人受控於電玩手機的生活方式，探討自然與科技的對抗衝突等議題。Damon 今次還跟才女 Bat For Lashes 和開創電子風潮的先鋒 Brian Eno 合作，曲目風格雖不盡相同，但都有著令人著迷的神韻。

FILM



《哥斯拉》"Godzilla"

華納影片公司及 Legendary Pictures 攜手復刻東宝經典《哥斯拉》。54 年美國聲稱在太平洋作核試，實際為了殺巨獸，呼應當年日本第一集《哥斯拉》。99 年東京因天災導致核電爆發事故，駐日女科學家 Sandra Brody 的丈夫 Joa，15 來一直調查真相，當時巨獸哥斯拉出現，各國軍隊出動，Joe 的當軍兒子 Ford 奉命狙擊。這隻震撼全球的巨獸將會在這場浩大的歷險中，威脅到人類的存亡。

導演： Gareth Edwards
主演： Aaron Taylor-Johnson, Ken Watanabe, Elizabeth Olsen, Juliette Binoche





《永遠的 0》

「神風特攻隊」的飛行員宮部久藏擁有完美飛行技術，卻被同袍斥責為海軍「頭號膽小鬼」但真正與宮部出生入死過的人，卻讚揚他如何勸導戰友珍惜性命、守望家人。六十年後，年輕人佐伯健太郎得知自己的親生外祖父原來是當年陣亡在海上的宮部，於是尋訪宮部當年的戰友，漸漸了解外祖父對妻子的愛、情義和承諾，並以令人難以想象的方式延續下去，令人動容。

導演：山崎貴
主演：岡田准一、三浦春馬、井上真央



BOOK

《巴黎女樂主意》

嚴紫僑（Sarah）之前任職法國公司的市場部時，有機會了解法國人的吃喝玩樂文化，並成立網站 QueenEco.com 分享法國資訊。此書記錄作者如何將法國文化融入旅程，發掘女生最愛的法式小品情趣，例如女生必愛的浪漫茶室、手工美點、跳蚤市場、精品小店、環保設計、特色住宿和巴黎以外的夢幻小鎮遊等。無須大灑金錢，以自在閒適的心態融入當地生活，寫意樂活。

作者：嚴紫僑
出版：Alazizi Ltd.



DVD





《末日公投》"After the Dark"

畢業前的最後一堂哲學課，20 名學生被逼參與思想實驗。由班房跳進核輻射浩劫現場，若未能在防空洞爭一席位，器官將瞬即被輻射團貫穿而死。然而，防空洞內的氧氣及食物只夠 10 人存活一年。哲學生為延續人類命脈，他們需運用哲學邏輯，公開諮詢並舉手投票，選出 10 位最有價值的人物住進防空洞。衝擊道德價值，一場爾虞我詐的思辯遊戲正式展開。

TV

《沒有母親的女兒》

每九個美國人便有一個在 20 歲前喪父或喪母。對小孩而言，特別是女童，在年幼時喪母將為她們帶來多重深刻的影響。紀錄片中的三位主人翁在她們的人生路上並沒有任何交叉點，但她們均在青春期時承受喪母之痛，紀錄片將會探索她們每個人與母親的複雜關係。幕後由同樣自幼喪母的 Carlye Rubin 及 Katie Green 首次執導攝製此紀錄片。Ⓟ

首播：5 月 18 日（逢星期日　晚上 7 時）
頻道：HBO Family（now 寬頻電視 112 台）







（廣告）



Cheer Milk
滋味滿 Fun 密密賞

凡購買 946 毫升的滋味鮮奶，滋味較低脂奶類飲品或滋味脫脂奶，剪下盒上的電腦條碼，每一電腦條碼相等於 10 分，集齊足夠分數的電腦條碼，填妥簡單表格，將表格連同電腦條碼郵寄至「香港九龍灣啟祥道 20 號大昌行集團大廈八樓」，信封面註明參加「滋味滿 FUN 密密賞」，即可免費換領指定 Princess 小家電。

銷售點：百佳，惠康等各大超市
換領表格： http://bit.ly/PhBVmR
facebook ： CheerHongKong

8 度海逸酒店 自家製古法糉

8 度海逸酒店於端午節推出鮑魚鹹肉糉及古法鹹肉糉，每日新鮮製造。經典古法鹹肉糉採用肥瘦相間的五花腩，肉質鬆化，加上原隻日本厚身花菇，口感豐富。鮑魚鹹肉糉的原隻鮑魚以金華火腿，唐排及雞湯扣煮，軟腍入味，伴以頂級鹹蛋黃，分量十足。即日至 5 月 29 日，於酒店網站 eShop 或親臨酒店預購禮券，可享 8 折優惠。

售價： 香鮑魚鹹肉糉 $138
古法鹹肉糉 $88
換領日期： 5 月 23 日至 6 月 2 日
訂購網址： http://bit.ly/eShop_Year_Round_Offers_TC
查詢：2128 1960





CosMedic Beautria
中環店擴充營業開幕典禮

為照顧更多顧客的需要，CosMedic Beautria 將遷往中環 4,000 呎新址擴充營業，提供更優質的服務予顧客。CosMedic Beautria 為慶祝擴充業務，日前於中環新店舉行開幕典禮，請來知名模特兒 Taylor R 及鍾浠文擔任開幕禮嘉賓，集團主席兼資深外科手術醫生蔡達輝醫生亦有出席，為大家講解最新醫學美容療程 DDF。

查詢： 2882 0082
地點： 中環德輔道中 21-23 號歐陸貿易中心 17 樓 1701 室



Jack Daniel's 威士忌特飲 "Old No.7" 之謎賞

即日至 5 月 20 日，購買 Jack Daniel's Whiskey & Cola / Dry，登入 "Jack Daniel's RTD" 的 facebook，數數每周 Mission 相片內謎樣 "OldNo 7" 出現的總數目，就有機會贏取總值 $54,920 的豐富獎品。每周逢 7 倍數之參加者，不論答中與否，即獲百老滙院線 $200 禮賓卡 及 Jack Daniel's Whiskey & Dry 一箱，名額共 40 個。另首 2 位答中最多 mission 的參加者，各獲「電器禮券 $12,000」。

銷售點：各大便利店及超級市場
（Jack Daniel's Whiskey & Dry 於 7-11 便利店優先發售）
查詢：2315 6544
facebook ： Jack Daniel's RTD

L'Oréal Paris 昇華新裝
青春密碼精華肌底液

L'Oréal Paris 帶來革命性的 Youth Code Prodigious Rejuvenating Boosting Essence 青春密碼精華肌底液，當中的國際專利 Pro-Gen ™肌底啟動科技，針對關鍵的 KRT6B 修復基因之活躍度，啟動基因，加快 KRT6B 修復基因的反應速度，從源頭處提升肌底吸收力，放大後續護膚品功效，令肌膚更接近年輕時的狀態。



售價： $285/30 ml
銷售點： L'Oréal Paris 專門店，各大萬寧、屈臣氏、莎莎、主要超市及藥房發售
查詢熱線： 2828 1437



MISSHA 全新 B.B Cake

MISSHA 最新推出的美思金雪亮采 B.B Cake 再度將零瑕妝容完美革新，產品均蘊含大量珍罕成分如純金，人參，鹿茸等多種尊貴中草藥成分，護膚功效媲美其他護膚品。經韓國研究證實，產品均可塑造出 12 小時持久的長效妝容，遮瑕度出色，而且細緻自然，充滿光澤。

售價：MISSHA 美思金雪亮采 B B Cake
$288 / 20g
銷售點：全線 MISSHA 概念店 / 專櫃
查詢： 2481 3380
網址：www.missha.com.hk

NARS 全新推出唇彩系列

NARS 以全新配方創造出色調齊全並帶自然光澤的唇彩系列，全新推出的精巧短毛刷頭加上柔滑的質感，提高了唇彩的持久性，能精準描繪唇形。唇彩中蘊含大量滋養成分，當中的毋忘我萃取更有助防止老化的跡象，令唇部保持濕潤之餘，更能撫平細紋，使咀唇變得更柔軟，共 30 種色彩選擇，務求達致多種不同的效果。



售價： $240

台灣玻尿酸達人
全新 PLUS C

台灣玻尿酸達人 Neogence 的研發團隊研究出創新「煥白能量科技」，全新推出 PLUS C 煥白能量精華，以 3% 最高濃度藥用美白成分酯化維他命 C，精確瞄準並淡化黑色素，配以兩大最強激活成分能量甦活因子 Revitalin® 及咖啡因，快速激發肌膚活力，徹底瓦解因缺乏能量而出現的暗沉膚色，使肌膚散發自然透亮活力。



銷售點：全線莎莎分店
查詢： 2505 5023

i LIKE metropop 送:

植村秀 lightbulb UV 白瓷光感粉餅連粉盒 70 套

彩妝專家植村秀最近研製出以油份、珍珠和色素匯萃而成的 lightbulb 白瓷光感科技及專業貼膚配方，並推出 lightbulb UV 白瓷光感粉餅 SPF30PA+++，為你打造自然光澤及具理想遮瑕的妝容。而 lightbulb 雙面化妝綿則用上親膚軟綿及布質纖維的質料，有助調控底妝厚薄度同時提升底妝光澤度。

盛夏將至，想底妝清爽自然，充滿白瓷光感？登入 metropop facebook 專頁參加送禮活動，就有機會贏取植村秀 lightbulb UV 白瓷光感粉餅連粉盒一套（價值 $430）



參加方法

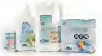
1. 讚好 shu uemura & metropop facebook 專頁
2. 於此活動 post 留言回應：先寫上"我喜歡植村秀白瓷光感粉餅"然後分享如何保持自然貼服的底妝
3. 填寫登記表格

大會將選出 70 篇分享，並送上植村秀 lightbulb UV 白瓷光感粉餅連粉盒（指定色調）一套。**（名額有限，送完即止）**

立即參加！
facebook.com/metropophk
2014 年 5 月 21 日晚上 11 時 59 分截止

活動詳情及細則請參閱 metropop facebook 專頁

（廣告）



天然酵素清潔劑

天然環保的健康概念也能應用於清潔用品，天然酵素的洗衣粉及洗衣液的活性酵素能溫和分解污漬、有助抑制細菌、加上安全無毒配方、不添加毒性及化學物質、適合小童、嬰兒及敏感性肌膚人士、天然溫和，不殘留肌膚，可安心使用。另外，其高生物分解度，不會對環境造成污染，而且超濃縮的少泡沫配方省水經濟。

查詢： 8111 1575
網址： www.ofarmhk.com
銷售點：有機店



O'NEILL X CRANIO

O' Neill 和巴西藝術家 Cranio 推出富藝術性的聯乘系列、包括 O' Neill Epricfreak 滑浪褲、有機棉 Tee 及人字拖，設計以 Cranio 原創的「藍色巴西土著」圖案為主題，以藍色卡通人物和巴西文化為設計元素。正值今個夏季全城焦點都落在巴西世界杯、O' Neill x Cranio 系列把巴西里約熱內盧充滿熱情和活力的南美海灘文化帶給大家。

營業時間： 10:00 – 22:00
地址：尖沙咀海港城 LCX 17 號舖
查詢： 3755 4923





香港中華煤氣最新網上遊戲

煤氣公司推出「家人有約」行動，凡透過 facebook 參與指定活動、可儲「打氣積分」換取下列多款禮品，包括 Le Creuset 名貴廚具、煤氣烹飪中心親子或 Cook for Love 烹飪班、海洋公園門券及其他豐富禮品。另外、大家可用積分換取積分參與「愛。為生活打氣」烹飪班、炮製慈善曲奇予聖雅各福群會慈惠中心、為社會有需要人士打氣。

日期：即日至 6 月 30 日
網址：www.cookforlove.com.hk

124



金朝陽中心二期 Midtown

金朝陽集團為向本地及海外藝術家提供展出作品機會，在金朝陽心二期 Midtown 17 樓全層特設一個面積達 7 千平方呎之視覺藝術及多用途表演活動場地、命名為 Midtown POP、意思是「跳出無限創意、提升藝術空間」。首個在 Midtown POP 舉行的世界級展覽是 "Apocalypse Postponed"，由 Absolut 作為巴塞爾藝術展的合作夥伴而設計的藝術酒吧裝置。

巴塞爾藝術展香港展會之
Absolut Art Bar 藝術酒吧設計裝置
日期：即日至 5 月 17 日
時間： 17:00 - 02:00
地點：銅鑼灣登龍街 1 及 29 號金朝陽中心二期 Midtown17 樓
票價：全免



REVLON 2014 下旬產品預覽

REVLON 於上星期假海港城舉行 2014 下旬產品預覽、延續品牌「多色主義」，推出一系列全新及升級版 ColorStay ™ 產品、超過百種炫目色調、讓女孩保持舒適漂亮的長效妝容。另外、REVLON 亦藉著贊助《蜘蛛俠 2 決戰電魔》首映禮、以品牌代言人 Emma Stone 去展示 REVLON 多樣化及「出色」的特性。

銷售點：REVLON 屈臣氏及莎莎彩妝自助專櫃
查詢：2890 0852

時代廣場「高迪建築展」之西班牙節周末節目

香港時代廣場策展的「高迪建築展」、將首次於亞洲展出十四件高迪作品，並於每個周末舉辦西班牙文化活動，包括西班牙經典菜式烹飪及 Sangria 調酒示範、還有舞蹈及音樂表演。另外全新登場的時代廣場 app 設有導賞功能、只需掃瞄展品旁邊的二維碼貼紙、即可立即享受更多關於十四件高迪經典之作的展品資訊。

日期：5 月 17、18、24、25、31 日及 6 月 1 日
時間：14:30、15:15、16:00、17:00、18:00
地點：時代廣場露天廣場及二樓大堂

ORGANIC BEAUTY 再生活膚療程

Bioscreen Organic Beauty 推出最新幹細胞二重奏再生活膚療程，採用 Biocreen 皇牌「有機柔膚系列」推出的有機幹細胞鎖水精華、萃取阿爾卑斯有機雪絨花、遵照 Bio Suisse 有機栽種標準，以高海拔種植，獲得更高的活性物含量，運用離子導入方法的儀器將大量養分導入皮膚深層、加速修復、增加細胞能量。



SWATCH 全新全自動機械手錶

SWATCH SISTEM51 系列首四款型號採用全自動裝嵌技術的機械手表系列 SISTEM51。SWATCH 用兩年時間便成功研製出單以 51 個零件及五個主要模組組合而成的自動上鏈機械機芯、百分百瑞士製造，提供長達 90 小時的動力儲備、在密封錶殼裡的 3 赫兹機芯提供了精確、持久及免保養的性能。5 月 22 日起發售。

銷售點： 皇后大道中 31 號 LHT Tower 地下 2A 號舖 Swatch 中環旗艦店
查詢： 2510 5242






開飯相簿
OpenSnap
之前
唔記得邊間餐廳
依家
去邊、食乜都一目了然
BELL 4:21 PM 100%
Albums
Camera Roll
Select
Photos
Albums
BELL 4:21 PM 100%
美食達人
502
相片
198
相冊
209
食家
62
Little European Kitchen
北角
8
北角
16
11
Snap盡滋味　FUN享贏巨獎
由即日起，用OpenSnap上載全城美食，即有機會贏高達 $240,000 獎品。
*需受有關條款及細則約束　詳情請參考網頁
免費下載
Product of
OpenRice
開飯喇
免費下載你的私人餐廳相簿
Download on the
App Store
GET IT ON
Google play

Care For Eyes

老花體驗

年輕一輩尚未踏入老花之年，但也許父母已出現老花，想體會當中的滋味，了解他們的視覺感受，是一種關心，也能及早預視老花問題，一起了解中期老花者對由近至 50cm 到遠達 600cm 的事物，所見的視覺效果。

中期老花的視覺效果#



50cm 手提電話



67cm 電腦



100cm 報章



600cm 遠距離景物

廣告內容資料及圖片只供參考

保障雙眼健康

作為大眾的靈魂之窗，保障眼睛健康十分重要，因此應該定期進行視光檢查，若然需要驗配隱形眼鏡，基於度數跟原來度數或會有出入，以及眼睛情況可能有所不同，建議驗配前先諮詢眼科視光師的專業意見。

查詢：www.airoptix.hk



不管是上班或是出外旅行，使用 AIR OPTIX® 漸進（老花）氧氣 Con 都能令你時刻保持年輕形象，明耀照人。

緊貼生活需要

長時間佩戴隱形眼鏡有機會為雙目帶來不同問題，特別是長期戴著傳統低氧物料的隱形眼鏡工作，更容易因為鏡片透氧度不足，或會因為缺氧問題，有機會導致紅筋、甚至血管增生[1]。加上，現今都市人經常長時間工作，有見及此，曾華倩早已改戴以「矽水凝膠」物料製造的 AIR OPTIX® 漸進（老花）氧氣 Con，透氧度比傳統水凝膠隱形眼鏡高 5 倍[2]，讓更多氧氣能透過鏡片進入角膜，滿足她的日常需要，並減少因缺氧而導致的眼紅狀況[1]，令雙眼全日感到舒適。

年齡 不再影響視力

每當近距離觀看事物時，或是發現閱讀報紙、書上的細字時感到聚焦能力下降，甚至是模糊不清，這是眾多老花患者經常面對的困境，現今新式的老花隱形眼鏡已能輕易解決以上不便。可是，隨著年齡漸長，淚水分泌開始減少，容易變得眼乾，使雙眼有機會在戴上隱形眼鏡後因太乾而不適。因此採用 Aqua 濕潤因子組合的鏡片，其中絲般柔滑的潤滑膜，讓雙眼佩戴鏡片立即感到舒適，鏡片物料同時可減低鏡片水分流失率[3]，有助延長佩戴時的舒適感。

1 Eric Papas Reducing the Consequences of Hypoxia. The Ocular Redness Response Contact Lens Spectrum [internet] 2006 Feb [cited 2013 Dec 18] Available from http://www.clspectrum.com/printarticle.aspx?articleID=12954
2 Based on the ratio of lens oxygen transmissibilities Alcon data on file 2008
3 CIBA VISION data on file.（101455 2302）
AP-AO-2014-002

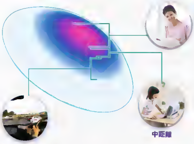
感受視覺新體驗

隨著老花患者近年有年輕化趨勢，不難發現很多人踏入 40 歲經已要面對因老花所帶來的日常煩惱。可是，為了不讓他人察覺自己的年齡秘密，他們大多拒絕佩戴老花眼鏡，即使佩戴以單眼矯視法改善老花情況的隱形眼鏡，卻受協調問題及視覺立體感下降所礙，難感輕鬆自在。希望同時兼顧視力及形象，無阻年輕活力展現於人前人後，使用糅合專業知識和最新光學技術的老花隱形眼鏡便能滿足以上要求。



近、中、遠 一目了然

由於工作關係，曾華倩坦言難以經常戴上老花眼鏡示人，雖然曾試用過舊式的改善老花方法，卻發現視力難以協調及適應。細問之下，才知道運用單眼矯視法的原理，原來是把隱形眼鏡的度數調節為一隻眼看遠，而另一隻眼看近，難怪用時經常要「左就右就」，有時還會感到疲倦。然而，Alcon® 推出的 AIR OPTIX® 漸進（老花）氧氣 Con，採用了「睛準順移鏡片設計」，讓雙眼可以自然地調節及適應不同的目標距離，即使是近看閱讀劇本，或是對準遠處的攝影鏡頭對於曾華倩亦毫無難度，這有助解決老花問題，對於初起老花人士的效果尤其明顯，讓他們能及早開始享受到清晰的遠、中、近視野。



採用了「睛準順移鏡片設計」，由中間的閱讀區開始，鏡片設計能令雙眼自然地調節。





散發活力的氣質

曾有一位巨星在訪談中說過，曾華倩的年輕關鍵除了在於護膚保養得宜外，更因為她有一顆童心，樂觀積極的態度讓她散發著青春活潑的氣質。沒錯，心態可以時刻擁抱童真，不過，身體機能卻只有順時針走，步入中年，機能總有缺口，包括老花。許多人總會把「老花」與「年紀大」劃上等號，曾華倩卻認為不應被這觀念局限，當老花真的來了，何不以豁達的態度迎接它？正因樂天的氣度，她即使面對老花也會積極尋找方法，助她在演藝與主持工作上仍時刻保持最佳狀態。

無法避免的老花

老花是每個人必然面對的問題，隨年齡增長，眼球晶狀體的彈性逐漸下降，令眼部肌肉的調節能力隨之減弱，導致變焦能力下降，因此，當觀看近物時，影像投射在視網膜時無法完全對焦，令視野變得模糊不清。老花度數隨年齡遞增，大約每 2-3 年便加深 50 度，一般 45 歲時老花度數大約為 125 度，60 歲達老花 250 度至 300 度，其後度數多數不會再加深。

煩惱的老花問題

「作為主持和藝人，向來我都很著重護膚保養，認為只要肌膚保持緊緻有光澤，自然留著青春神采。直到早年，我發現自己出現老花，閱讀劇本、台詞、使用智能手機、讀報時，所有近距離的景物、文字都變得模糊，有時長時間閱讀，雙眼很容易疲倦，甚至有機會出現頭痛，整個人變得沒精打采。這時我才明白，要保持年輕，除了肌膚保養得宜，還要解決老花的問題。」

無論近視、遠視、散光還是視力正常的人都會出現老花，但為了不想顯露年齡的秘密於人前，很多人會寧願選擇不用任何方法去應對老花問題，可是生活上又因此衍生出眾多尷尬情況，譬如置身於環境昏暗，氣氛浪漫的餐廳中，出現看不清楚餐單上的細項、帳單上的銀碼等情況，卻又為了保持儀容不想佩戴老花眼鏡，以免使外貌顯得比實際年紀更老。初發現老花時內心已不是味兒，還要生理上花更多時間適應，真是雙重打擊，而且眼鏡阻擋眼眸神彩，出入冷氣地方又會造成不便。曾華倩對此感受尤深，「我也曾配戴漸進眼鏡，眼鏡的厚重感令外表即時老了 10 年，雙眼失去神采，當我看不同距離的事物，例如駕駛途中、閱讀劇本或查看手機短訊，頭部都要配合鏡片不同距離的位置以作調節，非常不方便。」曾華倩不斷尋找更好的方法，後來她認識到 AIR OPTIX® 漸進（老花）CON 才解決老花的煩惱，自此日常生活一切如常，眼睛保持明亮有神，依然可以隱藏年齡的秘密。





AIR OPTIX® × 曾華倩

Look Sharp, Stay Young!

眼睛，是最易出賣年齡秘密的元兇，即使肌膚緊緻白滑，打扮時尚優雅也好，當老花一出現，視線失焦點，閱讀時舉止眼神就會不禁流露老態。
資深藝人兼主持曾華倩向來的「不老形象」令人艷羨，但她同樣要面對進入老花階段的迷茫、適應期，可幸她找到合適的方法幫助，才能時刻保持閃亮眼神，其實「不老形象」並非唯她獨享。

TEXT · TIFFANY & BONNIE PHOTO · MICHAEL DESIGN · MAN

metro Pop icon
Issue 404
15 05 2014



都市流行